

ŚRODA 2 SZPITAL SEJNY 14.08.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 5g, paszlet 50g, serulek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryzowa ze śmietaną 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszzonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekkiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1 sztuka, dżem 1szt, szynka białostka 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2483,9kcal. B 89,9 g T 97,1 g W 376,8 g NKT 35,8 g bl 29,9 g sól 6,5 g cukry 99,4 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, paszlet 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka białostka 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal. B 105,3 g T 75,1 g W 309,9 g NKT 29,1 g bl 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszlet 30g, polewka drożdżowa 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	bułdyn 150ml, herbarniki 25g	Ryzowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1 szt masło (82%) 10g, ser biały półtłusty 30g, szynka białostka 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal. B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 13,5 g bl 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2%, 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, paszlet 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	bułdyn 250ml, herbarniki 25g	Ryzowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, ser biały półtłusty 70g, szynka białostka 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2435,3 kcal. B 107,4 g T 76,2 g W 322,9 g NKT 29,5 g bl 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
cukrzykowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, paszlet 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzy bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur. z kiszzonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajko gotowane 1 sztuka, szynka białostka 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal. B 106,3 g T 74,1 g W 299,9 g NKT 28,1 g bl 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
wątrobowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., paszlet 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka białostka 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal. B 105,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29 g bl 26 g sól 5 g cukry 96,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tł. 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafle ryżowe 2szt.	Ryzowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z kiszzonej kapusty 120g, sur. z marchewki 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2055,3 kcal. B 100,3 g T 66,1 g W 209,9 g NKT 24,1 g bl 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g

<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, pasztec 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix ogórek 70g</p>	<p>Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, szynka barwnika 50g, jajko gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>en 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bl 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe bl - błonnik sól - sól cukry - cukry</p> <p>Wskaz składowych alergenów: w jądłosobie w dn. Środa II Mleko (łącznie z laktozą) —płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl., kawa z mlekiem, budyn, ser biały półtłusty, pasztec, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, poledwica drobiowa Zboża zawierające gluten— pieczywo, kawa inka z mlekiem, herbatniki, kawa zbożowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztec, krakowska, serdelek, poledwica drobiowa, szynka barwnika Seler- zupa ryżowa, pasztec, krakowska, serdelek, poledwica drobiowa, szynka barwnika Soja i produkty pochodne—waflle ryżowe, pasztec, krakowska, serdelek, poledwica drobiowa, szynka barwnika Gorczyca- wędliny: pasztec, krakowska, serdelek, poledwica drobiowa, szynka barwnika Jajo—jajko got. 1 szt., babka ziemniaczana,</p>					