

# PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL SEJNY 19.08.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kielbasa wędzona 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbrozowa z makiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, warzynek ze szczyptkami i cebulą 70g, szynka polędwiczowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2581,8 Kcal. B 108,3 g T 99,2 g W 371,7 g NKT 28,8 g bI 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2%, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, serke wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 Kcal. B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bI 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbrozowa z cukrem 200ml, masło 82%/10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cyrnanonem i cyrnanonem 30g, polewka sopočka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polędwiczowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 Kcal. B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g bI 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,2 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, warzynek ze szczyptkami i cebulą 70g, szynka polędwiczowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 Kcal. B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,3 g bI 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
cukrzykowa	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polewka sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyce b/s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml+ płyna	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzyce bez soli - fiolet kurcacy, gotowany 50g, pomidor 70g, rzecola 5g	en 2379,5 Kcal. B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g bI 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polewka sopočka miodna 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rzecola 5g	en 2370,6 Kcal. B 104,4 g T 65,3 g W 315,1 g NKT 26,7 g bI 28,7 g sól 5,5 g cukry 94 g
bezglutenowa	Kwz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, ser z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałeczek 4szt., mix tl. 10g, fiolet kurcacy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 Kcal. B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g bI 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Kasza manna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zm. 90g, bułka psz. 1 szt, mix tl. 5g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, poledwica soppocka 50g, jajko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajko got. 1 szt., papryka 50g</p>	<p>Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zm. 90g, bułka pszczona 1 szt., mix tl. 15g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty</p>	<p>en 2560, 1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bj 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g</p>
<p><b>Oznaczenia wskaźników odżywczych:</b>  en - wartość energetyczna  B – białko ogółem  T – tłuszcz  W – węglowodany ogółem  NKT – nasycone kwasy tłuszczowe  bj – błonnik  sól – sól  cukry - cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergennych: w jadtospisie w dn. Poniedziałek 1</b></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarogowe sery, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty  Zboża zawierające gluten – kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa wieprzowa, poledwica soppocka, szynka poledwicowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym  Seler- barszcz zabieliany, wędliny: poledwica soppocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka poledwicowa  Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, poledwica soppocka, kiełb. suwalska, szynka poledwicowa, deser sojowy  Gorczyca – poledwica soppocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka poledwicowa  Jajka - jajko gotowane, kotlety sojowe</p>						