

WTOREK 1 SZPITAL SEJNY 20.08.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, gruska 1 szt., mioda 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony serycek z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zurażką 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2415,8 kcal. B 106,9 g T 78,7 g W 348,9 g NKT 33,3 g bl 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., mioda 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, sur. z karp. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2389,6 kcal. B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g bl 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., schar. schar. gotowany 30g, gruska 1 szt., mioda 5g	Chrupki kukurudziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, serycek z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurażką 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 1230,9 kcal. B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g bl 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, gruska 1 szt., mioda 5g	Chrupki kukurudziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, sur. z karp. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurażką 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2596,5 kcal. B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g bl 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
ciężkostrawna	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, ogórek kiszany 50g, mioda 5g	chleb razowy 30g, przyprawy szałwiaki 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, sur. z karp. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurażką 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2451,6 kcal. B 105,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g bl 34,8 g sól 5,51 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, bułka gotowanego jaja 1 szt., banana 1 szt., mioda 5g		Pomidorowa z makaronem bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2381,2 kcal. B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bl 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schar. gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banana 1 szt., mioda 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana ze smietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schar. gotowany 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2203,6 kcal. B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bl 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g

<p>przy niedoborach witaminach</p>	<p>Ryż na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb żyty 90g, maśka pszenna 1szt, mix 110g, kielbasa szynkowa 50g, pasztet WP, 50g, jajko 1 szt., banana 1 szt., rydzola 2g</p>	<p>chleb razowy 60g, mix 110g, białko mielone 50g, ogórek 50g</p>	<p>Pomidrowa z makiem 300ml, kasza, pszeniana 200g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, ser z kapi podbitki 150g, murekiewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż z mlekiem 2%, 200ml, chleb żyty 90g, bułka pszenna 1 szt., mix 115g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat</p>	<p>en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 7,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bi 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 g</p>
<p>Wskaz składników alergennych: w. laktosja w. dn. wronok 1:</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa z makiem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa szynkowa, pasztet WP., szynka konserwowa, kasza jęczmienna</p> <p>Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makiem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa szynkowa, pasztet WP., szynka konserwowa, kasza jęczmienna</p> <p>Seler- zupa pomidorowa, kielbasa szynkowa, pasztet WP., szynka konserwowa, gorczyca- kielbasa szynkowa, pasztet WP., szynka konserwowa, deser sojowy</p> <p>Jajka- jajko, szynka z kurczaka</p> <p>Oznaczenia wartości odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bi – białko sól – sól cukry - cukry</p>						