

ŚRODA 1 SZPITAL SEJNY 21.08.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix zieleniny 50g, ser Hoehland 2 pl, dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 160g, smażony kielbasik mielony wp. 90g, sur z białej kapusty z mizerią 100g, ziemniaki 150g, mix warzyw na patrze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix zieleniny 50g, twarogowy sernik ze szejnkiem 70g, kielbasa katkowska parzona 50g, banan 1 szt., mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2418,1 kcal, B 90,1 g T 83,3 g W 371,1 g NKt 28,4 g Bt 22,4 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, mix zieleniny 50g, ser Hoehland 2 pl, dzem 1 szt., jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa z herbacianką i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix zieleniny 50g, konserwa sardynska 50g, warzok z ziołami 70g, arbuzy 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKt 28,4 g Bt 28,3 g sól 6,6 g cukry 92,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa 200ml, mix zieleniny 50g, ser Hoehland 2 pl, dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 25g, mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyzy 60g w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na patrze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., mix zieleniny 50g, sernik z owocami 30g, kielbasa katkowska parzona 50g, arbuzy 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 189,7 g NKt 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix zieleniny 50g, ser Hoehland 2 pl, dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 200g, smażony kielbasik mielony wp. 90g, sur z białej kapusty z mizerią 100g, ziemniaki 150g, mix warzyw na patrze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix zieleniny 50g, sernik z owocami 30g, kielbasa katkowska parzona 50g, arbuzy 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKt 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
ciężkostrawna	kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix zieleniny 50g, ser Hoehland 2 pl, dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g, mix sałaty	Woda ryżowa 2szt	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur z białej kapusty z mizerią 100g, ziemniaki 150g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz. b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix zieleniny 50g, konserwa sardynska 50g, warzok z ziołami 70g, cukrzykowa kielb. - jajo gotowane 1szt, ogórek 70g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKt 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,9 g cukry 95,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, szpinak 50g, ser Hoehland 2 pl, dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g, mix sałaty		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, konserwa sardynska 50g, warzok z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat 5g	en 2285,2 kcal, B 94,2 g T 87,1 g W 264,1 g NKt 25,9 g Bt 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix zieleniny 50g, pasta z gotowanego kaszaka 20g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyzy bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix zieleniny 50g, woda ryżowa 4szt, arbuzy 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	

<p>przy niedobawistościach</p>	<p>Makarony na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200/20ml, ciacho zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 12g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jaskół 1 szt.</p>	<p>ciachy 100g/100g, mix tl. 10g, kiełbasa krakowska 30g, ogórek kiszony 1 szt.</p>	<p>Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpec indyjski w sosie własnym 60g, banan/sól 150g, mix warzyw na puree 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa z miodkiem 2% i cukrem 200ml, ciacho zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, konserwa sudańska 50g, twarożek z ziołami 70g, arbur 100g, mix salati z oliwą virgin 5g</p>	<p>en 241,9 kkal, P 98,2 g W 78,1 g Wt 283,9 g Nkt 1 29,9 g Bt 29,9 g sól 9,8 g cukry 93,1 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem Nkt - nasycone kwasy tłuszczowe Bt - błonnik sól - sól cukry - cukry</p> <p>Wykaz składników aktywnych: w. jadalospisze w. dn. środa 1 Mleko (tężenie z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarożek ziołowy, herbathiki, szynkowa, ser Hochland Zioła zawierające gluten- zupa miedzna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpec indyjski, kawa zbożowa, kawa zbożowa z miodkiem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa sudańska, kasza pęczak Ser- zupy oblanowa, krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa sudańska Sól i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa sudańska, deser sojowy Gorczyca - szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa sudańska Jajka – herbathiki, kotlet mielony, pulpec, jajo gotowane Ryby- pasta twarogowo-rybna</p>					