

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL SEJNY 26.08.2024

| Rodzaj diety | Śniadanie | II śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku |
|-------------------------|--|---|--|--|---|---|
| ogólna | Kasza jęczmienna na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyporkiem 70g, kisielna karłowata 50g, kisielny ogórek 70g, papryka 50g, jablko 1 szt. | | Barszcz czerwony 300ml, kasza perzak 160g, gotowana szklka mąka wp. w sosie koperkowym 50g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml | | Kawa zboż./z. mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, serek topiony 2 szt., sur. z ogórka i siałny lodowy w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt. | en 2401,8 kcal, B 97,5 g T 82 g W 741,9 g NK 31,6 g Bt 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g |
| lekkostrawna | Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyporkiem 70g, kisielna karłowata 50g, kisielny ogórek 70g, jablko 1 szt. | | Barszcz czerwony ze smietaną 200ml, kasza perzak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml | Chrupki kukurydziane 10g, sok owocowy 1 szt. | Kawa zboż./z. mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i siałny lodowy w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt. | en 1156,5 kcal, B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NK 12,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g |
| dzieci do lat 3 | Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, jajo gal. 1 sztaka, kisielbas karłowata 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mus owocowy 1 szt. | Budyń 150 ml, gruszka 1 szt. | Barszcz czerwony 300ml, kasza perzak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | | Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, liść salony, jogurt owocowy 1 szt. | en 2256,5 kcal, B 80,6 g T 87,5 g W 301,9 g NK 28,2 g Bt 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g |
| dzieci starsze | Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gal. 1 szt., karłowata 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mus owocowy 1 szt. | Budyń 250ml, gruszka 1 szt. | Barszcz czerwony bez smietany 300ml, kasza perzak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt. | Kawa zboż./z. cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i siałny lodowy w sosie ziołowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt. | en 2171,8 kcal, B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NK 27,7 g Bt 35,2 g sól 5,3 g cukry 96,1 g |
| cukrzykowa | kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sarmatka 50g, papryka w 50g, ogórek 70g, liść salony, cukrz. białe jajo 1 szt.) | Kalitor gotowany 100g | Barszcz czerwony bez smietany 300ml, kasza perzak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | sok winogronowy 150 ml | Kawa zboż./z. cukrem 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy, serek topiony 2 szt., sur. z ogórka i siałny lodowy w sosie ziołowym 70g, papryka 50g | en 2400 kcal, B 97,5 g T 84,2 g W 342,4 g NK 30,2 g Bt 30 g sól 5,8 g cukry 98,1 g |
| wątrobowa | Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyporkiem 70g, kisielna karłowata 50g, kisielny ogórek 70g, jablko 1 szt. | | Barszcz czerwony bez smietany 300ml, kasza perzak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml | | Kawa zboż./z. mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i siałny lodowy w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt. | en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 88,8 g W 289,5 g NK 25,1 g Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g |
| bezglutenowa | Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., sialno wp. 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g, mus owocowy 1 szt. | Sok owocowy 150 ml | Barszcz czerwony 300ml, kasza perzak 160g, gotowany schab 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | Sok owocowy 150 ml | Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, serek topiony 2 szt., sur. z ogórka i siałny lodowy w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt. | en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NK 32,6 g Bt 31 g sól 5,9 g cukry 98,9 g |
| przy niedokrwistościach | Kasza jęczmienna na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyporkiem 70g, kisielna karłowata 50g, kisielny ogórek 70g, jablko 1 szt. | chleb razowy 80g, mix tl. 10g, serek topiony 50g, liść salony | Barszcz czerwony ze smietaną 200ml, kasza perzak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | | Kawa zboż./z. mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i siałny lodowy w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt. | en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NK 32,6 g Bt 31 g sól 5,9 g cukry 98,9 g |

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NK* - masywne kwasy tłuszczowe

bl - błonnik

sól - sól

całk. - całk.

Wykaz składników alergicznych: w jadalospisie w dn. Pomiedziatek II

Mleko (łącznie z laktozą) - kasza jęczmienna na mleku, masło młk, masło 82%, kawa zboż. z młkietem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serkek topiony, twarożek ziołowy, jogurt owocowy, sos ziołowy - ogrodowy, paszтет wp, Zboża zawierające gluten- kasza, jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pszczyk, pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowska paszтет wp, konserwa suwalska, blok mielony, szalika mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie

lupulinkowym, kawa zbożowa, sos ziołowy- ogrodowy, suwalska

Soja i produkty pochodne - wafile ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, paszтет wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziołowy, suwalska,

Gończyca- konserwa suwalska, polędwica soppoka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, paszтет wp

Jajka- jajko got.