

ŚRODA 2 SZPITAL SEJNY 28.08.2024

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 1 szt, mix tł. 5g, paszeta 50g, serderek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszzonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb wz. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1 sztuka, dżem 1 szt, szynka białka 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2483,9 kcal, B 89,9 g T 97,1 g W 376,8 g NKT 35,8 g bi 29 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka białka 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 bi 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszeta 30g, polewka drożdżowa 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200 ml, 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 białka 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 bi 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt, masło (82%) 15g, paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło (82%) 15g, ser biały półtłusty 70g, szynka białka 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 bi 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
cukrzykowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzyca bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt.	Chleb razowy 30g, Krakowska 20g	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmieńna 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 bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajko gotowane 1 sztuka, szynka białka 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 bi 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 1 szt., paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka białka 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal, B 100,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29 g bi 26 g sól 5 g cukry 96,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix: tł. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Waflę ryżowe 2szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z kiszzonej kapusty 120g, sur. z marchewki 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflę 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 299,9 g NKT 24,1 g bi 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g

<p>przy miodokrzwiściach</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa ryżowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, paszeta 50g, polędwica drobiowa 50g, jęse sianki, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, kurczak got. 60g, ogórek 70g</p>	<p>Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuż 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl. 15g, szynka białka 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 bj 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g</p>
--	---	--	--	--	---

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B - białko ogółem
- T - tłuszcz
- W - węglowodany ogółem
- NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
- bj - białnik
- sól - sól
- cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w „Jadłospisie w dn. Środa II”

Mleko (raznie z laktozą) –płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tt., kawa z makiem, budyn, ser biały półtłusty, paszeta, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polędwica drobiowa
 Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa lanka z makiem, herbatniki, kawa zbożowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, paszeta, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka białka
 Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, paszeta, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka białka
 Seler- zupa ryżowa, paszeta, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka białka
 Gorczyca- wedliny: paszeta, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka białka
 Jajko –jajko got. 1 szt., babka ziemniaczana,