

SOBOTA 1 SZPITAL SEJNY 07.09.2024

Rodzaj diety	Sniadanie	II sniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartosc odzywacza i kaloryczna posilku
ogolna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszczanna 1szt., miks tl 15g, serwatka 50g, ser Hochland 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g		Rosol z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziolami 120g, buraczki z jablkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z dala 150g, kisiel 200ml		Kawa zboz z mikslem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 30g, chleb razowy 30g, bułka pszczanna 1szt., miks tl 15g, jajko 1 szt., krakowska 50 g, canchibert 30g, sur z marchewki 70g, arbuz 100g	en 2177,3 kcal, B 92,2 g T 84,7 g W 290,0 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukier 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszczanna 1szt., miks tl 10g, serwatka 1szt., paszeta 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Rosol z makaronem 300ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka 60g, buraczki z jablkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboz z mikslem 2%, chleb zw 60g, bułka pszczanna 1szt., miks tl 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuz 100g	en 2278,6kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NKT 27,2 g bł 28,2 g sól 5,3 g cukier 90,4 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g, maslo (82%) 10g, poldeczka drożdżowa 30g, paszeta 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g, mielon 100g	Rosol z makaronem 200ml, ziemniaki 120g, buraczki z jablkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa z dala 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszczanna 1szt., maslo (82%) 10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mas owocowy 1 szt.	en 1139,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukier 89,5 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszczanna 1szt., maslo (82%) 15g, ser Hochland 2 pl, poldeczka drożdżowa 30g, paszeta 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, mielon 100g	Rosol z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziolami 120g, buraczki z jablkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z dala 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboz z mikslem 2%, chleb zw 90g, bułka pszczanna 1szt., maslo (82%) tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mas owocowy 1 szt.	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukier 109 g
cukrzykowa	Kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl 10g, serwatka 1 szt., paszeta 50g, ogórek 70g, pomidor 70g, cukier b/s, jajo got 1 szt., scharb gotowany 30g	sok wielowarstwowy 150 ml	Rosol z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa z dala 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel błc 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, maslo miks 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liśc sałaty	en 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukier 30,4 g
wagrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszczanna 1szt., serwatka 1szt., paszeta 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosol z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jablkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboz z mikslem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszczanna 1szt., krakowska 50g, ser biały 70g, mas owocowy 1 szt.	en 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 300 g NKT 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukier 78,1 g

bezglutenowa	Raz na mleku 2% 250ml, herbatna 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix 410g, jajo got. 1 szt., serek gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, galina mielona indyjska 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kasieł 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbatna 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix 41, 10g, Fideł kurczak gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z oliwem 70g, arbuz 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 25,2 g bj 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 90g, mix 41, 15g, bułka pszenna 1szt., sernikowa 70g, ser Hochland 2 pl., jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix 41 10g, ser biały 50g, jaje salky	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kasieł 200ml	Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix 41, 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwem 70g, arbuz 100g	en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g bj 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g	

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węgielowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

bj - białko

sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w jedzeniu w dn. Sobota 1

Mleko (łącznie z laktazą) – płatki owsiane na mleku, mix 41, masło 82%, kawa zbożowa z makiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek Hochland, camembert, pasztecik zioła zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztecik, kawa zbożowa z makiem, wedliny, serdelek, Krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska, pasta warzywna

Saler- rosół z makaronem, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik, pasta warzywna

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, serdelek, Krakowska, pasztecik wp.

Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztecik wp.

Jajo i prod. pochodne – jajo