

NIEDZIELA 1 SZPITAL SEJNY 08.09.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiozowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl 15g, twarozek z papryką i ziolami 70g, soppocka 50g, liśc sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuszy kiszonej 50 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liśc sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2412,8 kcal, B 107,9 g T 92,1 g W 315,4 g NKT 32,9 g Bł 22,7 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiozowa200ml, chleb zw.90g, mix tl.15g, twarozek ze smietaną, cukrem i cyranonem 70g, soppocka 50g, jablko 1 szt., liśc sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pektńskiej 120g, kalafior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g Bł 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbiozowa 200ml, twarozek ze smietaną, cukrem i cyranonem 30g, połęwica soppocka 30g, jablko 1 szt, liśc sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, chleb zw.50g, kiełbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liśc sałaty, Pomidor 70g	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g Bł 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbiozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, twarozek ze smietaną, cukrem i cyranonem 70g, połęwica soppocka 50g, jablko 1 szt, liśc sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuszy pektńskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liśc sałaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g Bł 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzykowa	Kawa zbiozowabez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, twarozek z papryką i ziolami 70g, soppocka 50g, liśc sałaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szyrkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy kiszonej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bł 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiozowa200ml, chleb zw.90g, 1 twarozek ze smietaną, cukrem i cyranonem 70g, soppocka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liśc sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt, kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw.90g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKT 27,1 g Bł 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g

<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarozek ze smietana, cukrem i cytanonem 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., lisz salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g , kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie zielonym 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryzowe 4szt., mix tl 10g, schab wp 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g bj 30,2 g sol 4,3 g cukry 72 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowaz cukrem 200ml, chleb zw 120g szt., mix tl 5g, twarozek ze smietana, cukrem i cytanonem 70g, soppoka 50g, jablko 1 szt., lisz salaty</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 200g, filet kurczey gotowany w sosie macielewskowym 60g, sur: z kapsulki peknińskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml</p>		<p>Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 120g, mix tl 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g bj 30,9 g sol 5 g cukry 75,3 g</p>

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

Wykaz składników alergennych w Jachtospisie w dn. Niedziela 1.:

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarozek z papryką i ziołami, twarozek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser żółty, kefir

Zboża zawierające gluten– kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa zbożowa, szynkowa drobiowa, soppoka, schabowy wp, filet w sosie, biszkopty

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, soppoka

Soja i produkty pochodne –wafle ryzowe, szynkowa, soppoka

Gorczyca– szynkowa, soppoka

Jajo –jajo gotowane, biszkopty, schabowy wp.