

ŚRODA 1 SZPITAL SEJNY 04.09.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szynkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, pasta twarogowo-rylna ze szwajcarskim 70g, kiełbasa krakowska parzona 50g, banana 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 31,2 g Hj 22,4 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix tl 10g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, konserwa szałwiaska 50g, twaróg z żółtym 70g, arbuż 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 Hj 28,3 g sól 5,8 g cukry 92,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 30g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbatniki 25g, mix owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, smażony szyroci z kurczaka 90g, sus z białej kapusty z mniszkiem i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt, masło 82 %10g, szynka z pierzi kurczaka 30g, kiełbasa krakowska parzona 30g, arbuż 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 Hj 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,9 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, szynkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbatniki 25g, mix owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 200g, smażony szyroci z kurczaka 90g, sus z białej kapusty z mniszkiem i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% tl 15g, szynka z pierzi kurczaka 50g, kiełbasa krakowska parzona 50g, arbuż 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2689,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKt 31,2 g Hj 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	kawa zbożowa, bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, szynkowa 50g, ser biały 70g, (cukrzykowa) biały piana z kawy i kas gort 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jab sałaty	kałafior gotowany 150 ml	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym 60g, sus z białej kapusty z mniszkiem i porzem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż hie 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, konserwa szałwiaska 50g, twaróg z żółtym 70g, cukrzykowa koki - jajo gotowane 1szt, ogórki 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 Hj 28,8 g sól 5,8 g cukry 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw 60g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, konserwa szałwiaska 50g, twaróg z żółtym 70g, miodon 100g, mix sałat 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKt 28,9 g Hj 28,3 g sól 5,8 g cukry 92,1 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mix owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet z kurczaka 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl 10g, jajo got 1 szt, twaróg żółtawy 50g, wafle ryżowe 1szt, arbuż 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKt 25,5 g Hj 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g

	<p>przy niedokrwistościach</p> <p>Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. miks. 113g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.</p>	<p>chleb razowy 80g, miks 110g, kiełbasa Krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.</p>	<p>Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie koperkowym 60g, buraczki 150g, miks warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., miks 113g, konserwa suwalska 50g, warzonek z ziołami 70g, arhuz 100g, miks sałat z oliwą 70g 5g</p>	<p>en 2413,6 kcal B 98,2 g T 78,1 g W 293,3 g NKT 29,3 g Bt 29,9 g sól 5,8 g cukry 93,1 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych:</p> <p>en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe Bt - błonnik sól - sól cukry - cukry</p> <p><u>Wskaz składowe alergenów w jadalniach w dn. stoda 1</u></p> <p>Mleko (farznie z laktazą) - makaron na mleku, miks 11, masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarozek ziołowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland</p> <p>Zboża zawierające gluten - zupa miedzna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, szynka z kurczaka, kawa zbożowa, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa, kiełbasa Krakowska, konserwa suwalska, kasza pęczak</p> <p>Seler - zupy obiadowe; Krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa Krakowska, konserwa suwalska</p> <p>Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, szynkowa, kiełbasa Krakowska, konserwa suwalska</p> <p>Garczyca - szynkowa, kiełbasa Krakowska, konserwa suwalska</p> <p>Jaja - herbatniki, szynka z kurczaka jajo gotowane</p> <p>Ryby - pasta twarogowo-rybna</p>					