

# WTOREK 2 SZPITAL SEJNY 10.09.2024

| Rodzaj diety           | Śniadanie   | II śniadanie   | Obiad  | Podwieczorek                 | Kolacja   | Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku  |
|------------------------|---|--|--|------------------------------|---|--|
| <b>ogólna</b>          | Zaferka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb pszenna 200ml, chleb zw 30g chleb razowy 30g bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix salat |  | Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml                                  |                              | Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynkowa 50g, twaróg z cebulką 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt. | en 2366,3 kcal,<br>B 80,5 g<br>T 85,2 g<br>W 342,2 g<br>NKT 31,6 g<br>Bj 28,8g<br>sól 5,5 g<br>cukry 90,66 g |
| <b>lekkostrawna</b>    | Zaferka na mleku 2% 250ml kawa zbożowa, z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, mix tl. 10g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść salaty                                |  | Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml                                 |                              | Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, twaróg ziółowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt                 | en 2317,6 kcal,<br>B 90,3 g<br>T 79,7 g<br>W 318,5 g<br>NKT 29,2 g<br>Bj 27,5 g<br>sól 5,4 g<br>cukry 86,4 g |
| <b>dzieci do lat 3</b> | Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt,masło (82%)10g, zaferka na mleku 200ml, szynka z piersi kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść salaty                                      | Chrupki kukurydziane 16g, serrek homogenizowany 1 szt. | Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml                                  | Kisiel 250 ml, jablko 1 szt. | Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g,masło (82%)10g, szynkowa 30g, ser zółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g  | en 1356,5 kcal,<br>B 63,6 g<br>T 48,5 g<br>W 188,5 g<br>NKT 13,4 g<br>Bj 14,7 g<br>sól 3,3 g<br>cukry 51,9 g |
| <b>dzieci starsze</b>  | Zaferka na mleku 2% 300ml,kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 90g, masło (82%) 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść salaty, melon 100g                   | chrupki kukur. 30g, serrek homogenizowany 1 szt.       | Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml                                      | Kisiel 250ml, jablko 1 szt.  | Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser zółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g           | en 2356,5 kcal,<br>B 90,6 g<br>T 70,1 g<br>W 320,4 g<br>NKT 25,5 g<br>Bj 30,6 g<br>sól 4,9 g<br>cukry 87 g   |
| <b>cukrzykowa</b>      | kawab/cukru200, chleb razowy100, mix tl. 10, pieczeń ryżowa 30g, szynka konserwowa 50g, liść salaty, pomidor 50g  | chleb razowy30g, pyrośka 30g, papryka 30g              | Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, sur. marchewki z chrzaniem 120g, sur. z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml | Sok pomidorowy 150ml         | Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, przysmak suwalski 50g, twaróg ziółowy 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt                                     | en 2419,6 kcal,<br>B 92,3 g<br>T 80,7 g<br>W 325,5 g<br>NKT 31,2 g<br>Bj 28,5 g<br>sól 5,6 g<br>cukry 46,4 g |
| <b>wątrobowa</b>       | Zaferka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, liść salaty, pomidor 50g  |  | Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g  |                              | Kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski mielony 50g, twaróg ziółowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt                         | en 2212,6 kcal,<br>B 90,2 g<br>T 71,7 g<br>W 300,5 g<br>NKT 28,5 g<br>Bj 26,7 g<br>sól 5,4 g<br>cukry 81,4 g |
| <b>bezglutenowa</b>    | Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajko 1 szt., melon 100g, liść salaty   | Chrupki kukurydziane 16g                               | Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml  | napój owocowy 150ml          | Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl.10g, twaróg ziółowy 70 g, scharb gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.  | en 2000,6 kcal,<br>B 87,3 g<br>T 66,6 g<br>W 297,5 g<br>NKT 26 g<br>Bj 27,4 g<br>sól 4,2 g<br>cukry 82,4 g   |

|  |   |  |   |  |  |
|--|---|--|---|--|--|
| <p><b>przy niedokrwistości</b></p>   | <p>Zaciekka na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw-90g, mix tl. 15g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, miodn 100g, liść salny</p> | <p>razowy 80g, mix tl 10g, żytońska 60 g</p> | <p>Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 50g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml</p> | <p>Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw-90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziolowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt</p> | <p>en 2417,6 kcal,<br/>B 92,3 g<br/>T 80,9 g<br/>W 321,5 g<br/>NKT 30,2 g<br/>bl 27,9 g<br/>sol 5,6 g<br/>cukry 88,4 g</p> |
| <p>en - wartość energetyczna<br/>B – białko ogółem<br/>T – tłuszcz<br/>W – węglowodany ogółem<br/>NKT – nasycone kwasy tłuszczowe<br/>bl – błonnik<br/>sol – sól<br/>cukry - cukry</p> <p><b>Wkasz składników alergicznych w jadłospisie w dn. Wtorek II</b></p> <p>Mleko (gęźnie z laktoz) – zacierki na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, twarożek z cebulką, twarożek ziolowy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy</p> <p>Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczwo, krupnik, stek z cebulką, pulpet,wp,kawa z mlekiem, wędliny; szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy</p> <p>Seler- wędliny; szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy</p> <p>Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy</p> <p>Gończyca- wędliny; pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy</p> <p>Jaja –stek, pulpet</p> |   |  |   |  |  |