

ŚRODA 1 SZPITAL SEJNY 18.09.2024

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 1 szt, mix d. 15g, szynka 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogólna 300ml, kasza pszka 160g, gotowany pulpet koliec miodowy 30g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 130g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2%, odczem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, mix d. 15g, pasta twarogowo-rybna ze szczyptą soli 70g, kiełbasa karkowska parzona 50g, banna 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 Bj 22,4 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw. 60g, mix d. 10g, szynka 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszka 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 130g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i odczem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, mix d. 10g, konserwa sardynska 50g, twarozek z ziołami 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 Bj 22,2 g sól 5,5 g cukry 92,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82%, 10g, bułka pszenna 1 szt., szynkowa 30g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbaniki 25g, mnis owosowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pszka 100g, gotowany pulpet indyzy 60g w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Herbata z odczem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 % 10g, szynka z pierś karczaska 30g, kiełbasa karkowska parzona 30g, arbuż 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 189,1 g NKt 14,1 g Bj 13,9 g sól 3,9 g cukry 32,8 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% 15g, szynkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g.	Herbaniki 25g, mnis owosowy 1 szt.	Zupa ogólna 300ml, kasza pszka 200g, smażony kalcio mielony w p. 30g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 130g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i odczem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% d. 15g, szynka z pierś karczaska 50g, kiełbasa karkowska parzona 50g, arbuż 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2569,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKt 31,2 g Bj 21,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
całkowita	kawa zbożowa, bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix d. 10g, szynkowa 50g, ser biały 70g, (całkowita białki) pasta z karczaska got. 50g, ser biały 70g) pomidor 70g, liść sałaty	kalcifer gotowany 150 ml	Krupnik 300ml, kasza pszka 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż z mlekiem i odczem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., konserwa sardynska 50g, twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKt 28,4 g Bj 28,8 g sól 5,6 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 pszka 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i odczem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., konserwa sardynska 50g, twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKt 28,9 g Bj 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix d. 10g, ser biały polski 50g, pasta z gotowanego karczaska 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mnis owosowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyzy bez soli 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix d. 10g, jajko got. 1 szt, twarozek ziołowy 50g, waffle ryżowe 4szt, 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 Bj 30,9 g sól 4,7 g cukry 34,1 g

<p>przy nieodkwasowanych</p>	<p>Makaron na mleku 250ml, kawa zbozowa z miodem 200ml, salko zw. 90g, wafle pszemna 1szt., mix 1l, 2g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jasko 1 szt.</p>	<p>ciabk razowy 80g, mix 1l 10g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.</p>	<p>Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie wiatarny 60g, bananiki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa z miodem 2% i cukrem 200ml, ciabk zw. 90g, bułka pszemna 1 szt., mix 1l 15g, konserwa suwalska 50g, twarożek z zjedami 70g, arbuż 100g, mix salki z oliwą virgin 5g</p>	<p>en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 7,61 g W 285,3 g NKT 29,3 g Bł 29,5 g sól 5,8 g cukry 93,1 g</p>
--	--	--	---	---	--

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

Wykaz składników alergicznych: w jednostce w dn. środa 1

Mleko (fajnie z laktozą) – makaron na mleku, mix ti., masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rybna ser biały, twarożek ziołowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland
 Zboża zawierające gluten- zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wpr, pulpet indyjski, kawa zbozowa, kawa zbozowa z miodem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, kasza pęczak
 seler- zupy odtłuszczone, krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Gorczyca - , szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Jajka – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajko gotowane
 Ryby- pasta twarogowo-rybna