

SOBOTA 1 SZPITAL SEJNY 21.09.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, seradełek 1szt., pasztet 50g, ogórek 70g, szal., ogórek 70g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajko 1 szt., krakowska 50 g, camembert 30g, sur z marchewki 70g, arbuz 100g	<p>ca 2177,3 kcal, B 92,2 g T 84,7g W 290,6 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g</p>
laktostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, seradełek 1szt., pasztet 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuz 100g	<p>ca 2278,6kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NKT 27 g bł 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g</p>
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, polędwica drobiowa 30g, pasztet 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Charupki kukurydziane 10g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.,	<p>ca 1159,6 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 cukry 89,5 g</p>
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2%, 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 15g, ser Hochland 2 pl., polędwica drobiowa 50g, pasztet 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Charupki kukurydziane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 1l 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, mus owocowy 1 szt.	<p>ca 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 cukry 109 g</p>
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, seradełek 1 szt., pasztet 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. biał. jajo got. 1 szt., salab gotowany 50g)	sok wielowarzywny 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa zółta 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liśc sałaty	<p>ca 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g</p>
wętrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., seradełek miodowy 1szt., pasztet 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka miodone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska miodona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	<p>ca 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 cukry 78,1 g</p>

bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix (110g, jajko got. 1 szt., sernik gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, galuska młynska indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4 szt., mix (110g, filiż. kurczak gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, arbuż 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 25,2 g b1 26,2 g sól 4,9 g cukry 85,4 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 90g, mix (115g, bułka pszczanna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix (110g, ser biały 50g, liść sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczanna 1szt., mix (115g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, arbuż 100g	en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g b1 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B - białko ogółem
- T - tłuszcz
- W - węglowodany ogółem
- NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
- b1 - błonnik
- sól - sól
- cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych w jadłospisie w dn. Sobota 1

Mleko (gacnie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek Hochland, camembert, pasztecik Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztecik, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserva suwalska, pasta warzywna Seler- rosół z makaronem, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik, pasta warzywna Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik w.p. Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztecik w.p. Jajko | prod. pochodne – jajko