

# PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL SEJNY 16.09.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z chlebem 200ml, chleb zw. 30g, bułka pszenna 30g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kiełbasa woprzowa 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa z chlebem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyptorkiem i cebulą 70g, szyntka polewkowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2381,8 kcal B 108,3 g T 99,2 g W 371,7 g NKT 28,8 g Bt 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z chlebem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa z chlebem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2377,6 kcal B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g Bt 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
dzieci do lat 3	kasza manna, na mleku 2% 200ml, kawa z chlebem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cyrnanonem 30g, polewka sopočka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt	Barszcz zabieliary 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbatka z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szyntka polewkowa 30g, pomidor 70g, liść salaty	en 1220,5 kcal B 81,3 g T 30,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g Bt 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt	Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt	kawa z chlebem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyptorkiem i cebulą 70g, szyntka polewkowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2478,5 kcal B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,3 g Bt 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
cukrzykowa	Kawa z chlebem 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polewka sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść salaty, cukrzy b-s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa z chlebem 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., cukrzy bez soli - filat cukrzy gotowany 50g, pomidor 70g, rucola 5g	en 2579,5 kcal B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g Bt 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z chlebem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polewka sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść salaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa z chlebem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rucola 5g	en 2370,6 kcal B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g Bt 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
bezglutenowa	Kyz na mleku 2% 250ml, herbatka 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbatka 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, filat cukrzy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2122,5 kcal B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szt, mix-tł 5g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix-tł 10g, jajko got. 1szt., papryka 50g</p>	<p>Barszcz zabieliary 300ml, ziemniak 200g, schab duszony 60g, w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczanna 1szt, mix-tł 15g, przysmak suwalski 50g, serrek wiejski 1 szt., ponidlar 70g, liść salaty</p>	<p>en 2560, 1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g M 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe M – błonnik sól – sól cukry - cukry</p>					
<p><b>Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek 1</b></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliary, mix-tł, masło 82%, kawa zbożowa z mlekkiem, twarogółke szczypiorom i cebulą, serrek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliary, kawa zbożowa z mlekkiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwiczowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym</p> <p>Seler- barszcz zabieliary, wędliny, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa</p> <p>Soja i produkty pochodne – wale ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa</p> <p>Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa</p> <p>Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe</p>					