

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL SEJNY 23.09.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, warzok z szczypiorami 70g, kiełbasa karkowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, duszona szunka mielna wp. w sosie koperkowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokol 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica soppoka 50g, twaróg zolowy 2 szt., sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, pomidor 50g	en 2339,8 Kcal B 88,2 g T 86,4 g W 336,5 g NKT 32,1 g Bt 31,9 g sól 5,8 g cukry 34,7 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa sardynska 50g, paszet wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, polędwica soppoka 50g, twaróg zolowy 50g, sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 Kcal B 97,5 g T 82 g W 344,1 g NKT 31,6 g Bt 30,8 g sól 5,8 g cukry 36,1 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa sardynska 50g, paszet wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mix owocowy 1 szt.	Bigliki 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze smietaną 200ml, kasza, pieczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 10g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 70g, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 Kcal B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NKT 12,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jogurt got. 1 szt., karkowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mix owocowy 1 szt.	Bigliki 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica soppoka 50g, sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2171,8 Kcal B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKT 27,7 g Bt 30,6 g sól 5,8 g cukry 97,9 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sardynska 50g, paszet wp. 50g, ogórek 70g, liść salny (cukrz. b/s jogu 1 szt.).	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez smietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok wiodowazywmy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica soppoka 50g, twaróg zolowy, (cukrzyk bez soli-jogu got. 1 szt., warzok ziolowy, sur. z ogórka i salny lodowy w sosie ziolowym 70g, papryka 50g	en 2400 kcal B 97,5 g T 86,4 g W 342,4 g NKT 30,2 g Bt 30,9 g sól 5,8 g cukry 38,1 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, konserwa sardynska 50g, paszet wp. 50g, mix owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez smietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica soppoka 50g, mielona 50g, twaróg zolowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2125,5 Kcal B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
bergiutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jogu gotowane 1 szt., schab wp. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mix owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały polihisty 70g, gotowany burzaki 1 szt., pomidor 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 Kcal B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKT 32,5 g Bt 31,1 g sól 5,9 g cukry 96,9 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa odczem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, konserwa sardynska 50g, paszet wp. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g ser zaby 50g, liść salny	Barszcz czerwony ze smietaną 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica soppoka 50g, twaróg zolowy 50g, sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 Kcal B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKT 32,5 g Bt 31,1 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasyczone kwasy tłuszczowe

bl - błonnik

sol - sól

celkry - celkry

Wykaz składników alergennych: w jednospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (łącznie z laktozą) - kasza jęczmienna na mleku, masło mix, kawa zioł. z mlekiem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyni, serek topiony, twarożek ziółowy, jogurt owocowy, sos ziółowy - ogrodowy, paszlet wp, Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pszczak, pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowskapaszlet wp., konserwa suwalska, blok mielony, sznka mięsa w sosie chrzanowym, szałw w sosie

koperkowym, kawa zbożowa, sos ziółowy- ogrodowy, suwalska

Seler- barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, paszlet wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziółowy, suwalska,

Soja i produkty pochodne - wafile o/żowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, polędwica sopodka, blok mielony, sos ogrodowy - ziółowy, suwalska

Gończyca- konserwa suwalska, polędwica sopodka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, paszlet wp.

Jajka- jajo got.