

# WTOREK 2 SZPITAL SEJNY 24.09.2024

| Rodzaj diety    | Śniadanie   | II śniadanie  | Obiad  | Podwieczorek                 | Kolacja  | Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku  |
|-----------------|---|---|--|------------------------------|--|--|
| ogólna          | Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt. mix tl. 15g, szyrka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix sałat   | Chrupki kukurydziane 1g                               | Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml                              |                              | Kawa zbożowa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynkowa 50g, twaróg z cebulką 70g, sur. col eshaw 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>Bt 28,8g<br>sól 5,5 g<br>cukry 90,66 g |
| lekkostrawna    | Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tl. 10g, pieczeń ryżowa 50g, szyrka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty               | Chrupki kukurydziane 1g, serrek homogenizowany 1 szt. | Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur marchewki z chrzanem 120g, sur. z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml |                              | Kawa zbożowa z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, twaróg żółtawy 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>Bt 27,5 g<br>sól 5,4 g<br>cukry 86,4 g |
| dzieci do lat 3 | Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, zaciekta na mleku 200ml, szyrka z piersi kurczaka 30g, szyrka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty                   | 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 250 ml, jablko 1 szt. | Herbata 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ser żółty 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>Bt 14,7 g<br>sól 3,3 g<br>cukry 51,9 g |
| dzieci starsze  | Zaciekta na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szyrka z piersi kurczaka 30g, szyrka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g | Chrupki kukur. 30g, serrek homogenizowany 1 szt.      | Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur marchewki z chrzanem 120g, sur. z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml | Sok pomidorowy 150ml         | Kawa zbożowa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, twaróg żółtawy 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>Bt 28,5 g<br>sól 5,6 g<br>cukry 46,4 g |
| cukrzykowa      | kawa/cukru 200, chleb razowy 100 mix, tl. 10, pieczeń ryżowa 50g, szyrka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g   | chleb razowy 30g, tyrolska 30g, papryka 50g           | Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur marchewki z chrzanem 120g, sur. z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml | Sok pomidorowy 150ml         | Kawa zbożowa z makiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski melon 50g, twaróg żółtawy 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>Bt 26,7 g<br>sól 5,4 g<br>cukry 81,4 g |
| wątrobowa       | Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., pieczeń ryżowa 50g, szyrka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g   |   | Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g  |                              | Kawa zbożowa z makiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski melon 50g, twaróg żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.                       | en 2000,6 kcal,<br>B 87,3 g<br>T 86,6 g<br>W 297,5 g<br>NKT 28,5 g<br>Bt 27,4 g<br>sól 4,2 g<br>cukry 82,4 g |
| bezglutenowa    | Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty  | Chrupki kukurydziane 1g                               | Ziemiażaczka 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyzy bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml                                     | napój owocowy 150ml          | Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tl. 10g, twaróg żółtawy 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.   | en 2000,6 kcal,<br>B 87,3 g<br>T 86,6 g<br>W 297,5 g<br>NKT 28,5 g<br>Bt 27,4 g<br>sól 4,2 g<br>cukry 82,4 g |

|   |  |  |   |  |   |  |
|---|--|--|---|--|---|--|
| <p><b>przy niedokrwistości</b></p>  | <p>Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 90g, mix tl. 15g, pieczeń ryżowa 50g, szyńska konserwowa 50g, mielon 100g, liść salaty</p> | <p>razowy 80g, mix tl 10g, żyto 60 g</p> | <p>Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml</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/>sól – sól<br/>cukry - cukry</p> | <p>Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, przysmak suwalski 50g, twarzątek żółtawy 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/>sól 5,6 g<br/>cukry 88,4 g</p> |
| <p><b>Wskazania: alergenów w jadłospisie w dn. Wtorek II</b></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – zacierki na mleku, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, twarzątek z cebulką, twarzątek żółtawy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy<br/>Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet, WP, kawa z mlekiem, wędliny; szyńska konserwowa, przysmak suwalski, szyńska konserwowa, szynkowa, sos ogrodowy<br/>Sefer- wędliny: szyńska konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szyńska konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy<br/>Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, ciupki kukurydziane, szyńska konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szyńska konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy<br/>Gorczyca- wędliny: pieczeń ryżowa, szyńska konserwowa, przysmak suwalski, szyńska konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy<br/>Jaja – stek, pulpet</p> |  |  |   |  |   |  |