

# ŚRODA 2 SZPITAL SEJNY 25.09.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, paszlet 50g, serdielek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, bakka ziemniaczana 250g, surówka z kiszzonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb wz. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dzem 1 szt., szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2483,9kcal. B 89,9 g T 97,1 g W 376,8 g NKT 35,5 g bl 29 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
<b>lekkostrawna</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, paszlet 50g, polewka drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały półtusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal. B 105,3 g T 75,1 g W 309,9 g NKT 29,1 g bl 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszlet 30g, polewka drobiowa 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyn 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, ser biały półtusty 30g, szynka barmnika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1338,5 kcal. B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 13,5 g bl 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
<b>dzieci starsze</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, paszlet 50g, polewka drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyn 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, ser biały półtusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2435,3 kcal. B 107,4 g T 76,2 g W 322,9 g NKT 29,5 g bl 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
<b>cukrzykowa</b>	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, paszlet 50g, polewka drobiowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzy.c bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur z kiszzonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 sztuka, szynka barmnika 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal. B 106,3 g T 74,1 g W 299,9 g NKT 28,1 g bl 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
<b>wątrobowa</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., paszlet 50g, polewka drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2055,3 kcal. B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g bl 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafle ryżowe 2szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszzonej kapusty 120g, sur. z marchewki 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2055,3 kcal. B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g bl 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g

<p><b>PRZY nieodkwasiających</b></p>	<p>Placki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, kurczak got. 60g, ogórek 70g</p>	<p>Ryzowa ze smietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuż 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, szynka barminta 50g, jajo gotowane 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>en 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bi 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bi – bionnik sól – sól cukry - cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Środa II</b></p> <p>Mleko (iąznie z laktozą) –Placki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl., kawa z mlekiem, budyni, ser biały półtłusty, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polędwica drobiowa Zboża zawierające gluten– pieczywo, kawa inka z mlekiem, herbatniki, kawa zbozowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barminta</p> <p>Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barminta Seler– zupa ryżowa, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barminta Gorczyca- wędliny: pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barminta Jajo –jajko got. 1 szt., babka ziemniaczana,</p>					