

ŚRODA 1 SZPITAL SEJNY 02.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix d.15g, szytkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpek kollet mielony wpy 90g, sus. z białej kapusty z murelanki i porow w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z miodkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix d. 15g, pasta twarogowa o smaku waniliowym 70g, serek waniliowy 50g, banan 1 szt., mix siałt z oliwy virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 90,1 g T 83,3 g W 371,1 g NKt 31,2 g Bj 22,4 g sól 6,3 g cukry 109,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix d.10g, szytkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Karpak 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpek indyzy 60g w sosie wlasnym, bananiki 60g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zdesz z miodkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix d. 10g, konserwa surszaska 50g, twarozek z ziolami 70g, arbuiz 100g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280,9 g NKt 29,4 g Bj 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, maslo 82% 10g, bułka pszenna 1szt, szytkowa 30g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herbaniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Karpak 200ml, kasza pszczak 100g, gotowany pulpek indyzy 60g w sosie wlasnym, bananiki 60g, mix warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., maslo 82 % 10g, szytko z pestki kurczaka 30g, kiebasa krakowska parzona 30g, arbuiz 100g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 189,7 g NKt 14,1 g Bj 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, maslo 82% 15g, szytkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herbaniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszczak 200g, smazony kollet mielony wpy 90g, sus. z białej kapusty z murelanki i porow w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z miodkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, maslo 82% d. 15g, szytko z pestki kurczaka 30g, kiebasa krakowska parzona 50g, arbuiz 100g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 2969,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKt 31,2 g Bj 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzycowa	kawa zbożowa, bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix d. 10g, szytkowa 50g, ser biały 70g, (cukrzycowa białej-pasta z kurczaka got. 50g, ser biały 70g) pomidor 70g, isle-sialty	kalafior gotowany 150 ml	Karpak 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpek indyzy w sosie wlasnym 60g, sus. z białej kapusty z murelanki i porow w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zdesz, b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix d. 10g, konserwa waniliowa 50g, twarozek z ziolami 70g, cukrzycowy bialy, jajo gotowane 1szt, ogorek 70g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKt 28,4 g Bj 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, szytkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Karpak 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpek indyzy w sosie wlasnym 60g, sus. z białej kapusty z murelanki i porow w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zdesz z miodkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, konserwa surszaska 50g, twarozek z ziolami 70g, melon 100g, mix siałt 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280,9 g NKt 28 g Bj 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
bezglutenowa	Riz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix d. 10g, ser biały polskawy 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniki 200g, gotowany pulpek indyzy bez cukru 60g, bananiki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix d. 10g, jajo got. 1 szt, twarozek ziolowy 50g, wafle ryzowe 4szt, arbuiz 100g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKt 25,5 g Bj 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g

<p>przy niedobrociach</p>	<p>Makaron na mleku 250ml, kawa zbozowa z ciekim 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, kiełbasa krakowska 50g, ogarek kiszony 1 szt.</p>	<p>Krupnik 500ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpek indyzy w sosie własnym 60g, barszcz 150g, mix warzyw na puree 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa z mlekiem 2% i ciekim 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, konserwa suwalska 50g, twaróg z ricotta 70g, aruz 100g., mix sałat z oliwą 70g, 5g</p>	<p>en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NK1 29,3 g B1 29,5 g sól 5,8 g cukry 93,1 g</p>
<p>Wkasz składników aktywnych w jadospisie w dn. środa 1</p> <p>en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NK1 - nasycone kwasy tłuszczowe B1 - błonnik sól - sól cukry - cukry</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rylna, ser biały, twaróg ziołowy, herbatniki, szynkowa, ser hochland</p> <p>Zboża zawierające gluten- zupa miedzna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpek indyzy, kawa zbozowa, kawa zbozowa z mlekiem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska</p> <p>Saler- zupy obiadowe, krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska</p> <p>Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, szynkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska</p> <p>Garncza- szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska</p> <p>Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpek, jajo gotowane</p> <p>Ryby- pasta twarogowo-rylna</p>					