

# CZWARTEK 1 SZPITAL SEJNY 03.10.2024

Dieta	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, ślabaś parówkowa 100g, camembert 30g, arbuz 100g. liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzchną 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, jajko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2833,9 kcal, B 98,9g T 116,6g W 370,9g NKT 37,8g Bt 22,3g sól 4,8g cukry 101,4g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serrek wiejski 1 szt, arbuz 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3g T 98,9g W 366,7g NKT 31,2g Bt 28,1g sól 4,8g cukry 104,4g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica soppka 50g, serrek wiejski 1 szt, arbuz 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, szyńska z pierśi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9g T 39,1g W 199,9g NKT 12,4g Bt 12,9g sól 3,7g cukry 89,7g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.30g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)tl 15g, polędwica soppka 50g, serrek wiejski 1 szt, arbuz 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzchną 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szyńska z pierśi kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4g T 106,3g W 369,6g NKT 36,2g Bt 33,5g sól 5g cukry 115,2g
kulturna	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt, cukrzykowa b/sól - ślabaś gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Zupa koperkowa bez śniadany 300ml, ziemniaki 200g, ślabaś gotowany w sosie brokułowym 60g, surowka z kiszanej kapiśki 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzykowa b/sól - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt. )pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3g T 88g W 330g NKT 27,3g Bt 25,5g sól 4,8g cukry 55,4g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chłopska bez śniadany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2211,5 kcal, B 92,1g T 72,9g W 358g NKT 20,5g Bt 20,9g sól 3,9g cukry 99,3g

						en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g b1 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szl., arbuz 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surówka z kiszanej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szl., mix tl. 10g, jajko gotowane, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść salaty	
<b>przy niedokrwistościach</b>	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb żywy 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 15g, blok mielony 50g, serek więksi 1 szl., arbuz 100g, liść salaty	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szl., kompot owocowy 200ml	Kawa z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 15g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty		en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g b1 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

b1 – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

**Wykaz składników alergennych w Jadalospisie Czwartek 1.**

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serek

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa, polędwica soppocka, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokietowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym

Seler- zupa fasolowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Gończyca- zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Jajło—jajło gotowane

Soja- przysmak suwalski, kielbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa