

# PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL SEJNY 30.09.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa z cukrem 200ml, chleb zw 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szl, mix tl 15g, polewka sopočka 50 g, ser zółty 50 g, dzem 1 szl., jabłko 1 szl., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kielbasa wieprzowa 150g w kapsułce 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbrozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, twarogek ze szczyptkami i cebulą 70g, szynka polędwiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2381,8 kcal. B 108,3 g T 99,2 g W 371,7 g NKT 28,8 g bl 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, ser biały z cytrynanem i cukrem 1szl., polędwica sopočka 50g, jabłko 1 szl., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal. B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g bl 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbrozowa z cukrem 200ml, masło 32%tl, bułka pszenna 30g, ser biały z cytrynanem 30g, polewka sopočka 30g, jabłko 1 szl., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szl	Barszcz zabieliany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szl.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polędwiczna 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal. B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,3 g bl 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw 30g, bułka pszenna 1 szl, masło 82% 15g, polewka sopočka 50 g, ser zółty 50 g, dzem 1 szl., jabłko 1 szl., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szl.	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szl.	kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, twarogek ze szczyptkami i cebulą 70g, szynka polędwiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2570,5 kcal. B 118,6 g T 87,3 g W 344,9 g NKT 28,1 g bl 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
cukrzykowa	Kawa zboż, bz cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polewka sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyce B-sachah got 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szl.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szl., cukrzyce bez soli - diet kurczęcy gotowany 50g, pomidor 70g, rucola 5g	en 2370,6 kcal. B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g bl 28,7 g sól 5,8 g cukry 94 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl., ser biały z cytrynanem i cukrem 70g, polewka sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szl., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl., przysmak suwalski 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, rucola 5g	en 2122,5 kcal. B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g bl 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, ser biały z cytrynanem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szl., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szl., mix tl 10g, filet kurczęcy gotowany 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 kcal. B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g bl 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

przy metodokwasyściostach	Kasza manna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1 szt młk tl 5g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb mazowy 80g, mix tl, 10g, jajko got. 1 szt., papryka 50g	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, młk tl, 15g, przysmak suwalski 50g, serrek włośni 1 szt., pomidor 70g, liść salony	en 2560, 1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bi 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych:</p> <p>en – wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bi – błonnik sól – sól cukry – cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergennych: w. Jadalność w dn. Poniedziałek 1</b></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieleny, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z makiem, twarożek szczypiorom i cebulą, serrek włośni, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty Zboża zawierające gluten - kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieleny, kawa zbożowa z makiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwiczowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym</p> <p>Seler- barszcz zabieleny, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa Gorczyca – polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa Jajka- jajko gotowane, kotlety sojowe</p>					