

ŚRODA 2 SZPITAL SEJNY 09.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., paszlet 50g, seradelek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze smietaną 300ml, bakła ziemniaczana 250g, surówka z kiszonej 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 35,8 g bl 29 g sol 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, paszlet 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze smietaną 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 półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 509,9 g NKT 29,1 g bl 26,3 g sol 5,2 g cukry 99,5 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszlet 30g, poledwica drobiowa 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyn 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze smietaną 300 ml, 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 półtłusty 30g, szynka barmnika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal, B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 13,5 g bl 15,6 g sol 4 g cukry 53,9 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło (82%) 15g, paszlet 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyn 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze smietaną 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 półtłusty 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 sol 5,4 g cukry 110,8 g
cukrzykowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl. 10g, paszlet 50g, poledwica drobiowa 30g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzyk bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryżowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur. z kiszonej 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 sol 5,1 g cukry 51,5 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., paszlet 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez smietany 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 półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal, B 105,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29 g bl 26 g sol 5 g cukry 96,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, płeczywo bezglutenowe 90g, mix. tl. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 30g, jajo 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Waflle ryżowe 2szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z kiszonej kapusty 120g, sur. z marchewki 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 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 sol 4,5 g cukry 99,5 g

przy nieodkwasujących	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt mix tl 15g, paszeta 50g, polędwica drobiowa 50g, jaje sady, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	chleb razowy 80g mix tl 10g, kurczak got. 60g, ogorek 70g	Ryzowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuż 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt mix tl 15g, szynka bartenka 50g, jajo gotowane 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	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
--------------------------	--	---	---	--	--

Oznaczenia wskaźników odżywczych:
 en – wartość energetyczna
 B – białko ogółem
 T – tłuszcz
 W – węglowodany ogółem
 NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
 bi – białko
 sól – sól
 cukry – cukry

Wykaz składników alergennych: w juddospisie w dn. 5.10.11

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl., kawa z mlekiem, budyni, ser biały półtłusty, paszeta, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polędwica drobiowa
 Zboża zawierające gluten – pieczywo, kawa laska z makiem, herbatniki, kawa zbozowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, paszeta, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka
 Seler – zupa ryżowa, paszeta, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka
 Soja i produkty pochodne – warle ryżowe, paszeta, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka
 Gorczyca – wędliny: paszeta, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka
 Jajo – jajo got., 1 szt., babka ziemniaczana,