

# PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL SEJNY 14.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, polejówka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jablko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabielały 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kiełbasa wieprzowa 150g w kapsułce 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekłem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty pomidor 70g, liść sałaty	en 2381,8 Kcal. B 108,3 g T 92,2 g W 371,7 g NKt 28,8 g bł 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polejówka sopočka 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabielały 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekłem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 Kcal. B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKt 27,15 g bł 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2%, 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cynamonem 30g, polejówka sopočka 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabielały 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polejówka 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 Kcal. B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKt 17,2 g bł 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
<b>dzieci starsze</b>	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% 15g, polejówka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jablko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabielały 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	kawa zboż z mlekłem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 13g warzonek ze szczyptorkiem i cebulą 70g, szynka polejówka 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 Kcal. B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKt 28,3 g bł 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
<b>cultrycowa</b>	Kawa zboż. bz cukrn 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polejówka sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cultryc: b/s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabielały 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 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cultryc bez soli - flet kurceży gotowany 50g, pomidor 70g, rucoła 5g	en 2379,5 Kcal. B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKt 28,1 g bł 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polejówka sopočka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekłem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rucoła 5g	en 2370,6 Kcal. B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKt 26,7 g bł 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały z cynamonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabielały 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waffle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, flet kurceży gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 Kcal. B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKt 25,3 g bł 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 90g, bułka psz.: 1szt, mix tl 15g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, jablko got. 1szt., papryka 50g	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż. z mlekiem 2%, 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, przysmak suwański 50g, serrek wiejski 1 szt., pomidor 70g, lise słały	en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g Bł 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 Bł – białnik sól – sól cukry – cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergicznych: w. Iadłospisie w. dn. Poniedziałek 1</b></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieleny, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarogowe szczyptorem i cebulą, serrek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieleny, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwański, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym</p> <p>Seler- barszcz zabieleny, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwański, kielb. suwańska, szynka polędwicowa Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwański, kielb. suwańska, szynka polędwicowa Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwański, kielb. suwańska, szynka polędwicowa Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe</p>					