

# WTOREK 1 SZPITAL SEJNY 15.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 50g, paszeta szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, gruska 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zurażną 150g, kalafior na parze z pastkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2413,8 kcal, B 106,9 g T 7,8 g W 34,8 g NKT 33,3 g bł 2,8 g sól 5,3 g cukry 94,1 g
<b>laktostrawna</b>	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kielbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 7,4 g W 31,0 g NKT 30,2 g bł 3,4 g sól 5 g cukry 90,7 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., schab gotowany 30g, gruska 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata z z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 1230,9 kcal, B 61,8 g T 4,0 g W 19,0 g NKT 12,8 g bł 1,6 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
<b>dzieci starsze</b>	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, gruska 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurażną 130g, kalafior na parze z pastkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, pomarańcz 100g	en 2596,5 kcal, B 107,3 g T 8,7 g W 33,2 g NKT 33,5 g bł 4,0 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
<b>cukrzykowa</b>	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, ogórek kiszony 50g, rucola 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurażną 120g, kompot owocowy big 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 7,4 g W 31,0 g NKT 30,3 g bł 3,4 g sól 5,1 g cukry 46,4 g
<b>wątrbowa</b>	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, bułko gotowanego jaja 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem bez smięciary 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 6,8 g W 30,8 g NKT 29,5 g bł 3,4 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczacy 60g, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 6,7 g W 30,9 g NKT 24,7 g bł 3,4 g sól 4,4 g cukry 92,6 g

<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb rzycki 90g, bułka pszenna 1 szt mix d. 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztec wp. 50g, jajko 1 szt., bami 1 szt., moczka 5g</p>	<p>chleb razowy 60g, mix d. 10g, blok miódny 50g, opódek 50g</p>	<p>Pomidorowa z makiem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowane filety tunczy 150g, w sosie koperkowym, sur. z kapi, pokrojonej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż. z makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix d. 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, opódek 70g, mix siałki</p>	<p>en 2489, 7 kcal, B 109, 7 g T 77, 1 g W 319, 1 g NKT 30, 2 g bł 36, 1 g sól 5, 7 g cukry 92, 7 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe bł - błonnik sól - sól cukry - cukry</p>						
<p><b>Wykaz składników alergennych: w. Jędrzejko w. dn. wtorek 1:</b></p>						
<p>Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa mix tt, masło 82%, kawa z mlekiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztec Zboża zawierające glutę – pomidorowa z makaronem, pierogi, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna Seler - zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa, Soja   produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa Gotowca - kiełbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa, Jajka - jajko, szynka z kurczaka</p>						