

SOBOTA 1 SZPITAL SEJNY 19.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szl., młk tl. 10g, serduski 1szl., pasztecik 50g, ogórek 70g, ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2%, ciuchem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszczenna 1szl., młk tl. 15g, jajo 1 szt., krakowska 50 g, ciemnobrot 30g, ser 50g, marchewki 70g, arbuzy 100g	en 2177,3 kcal, B 92,2 g T 84,7 g W 290,6 g NKT 29,7 g Bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szl., młk tl. 10g, serduski 1szl., pasztecik 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szl., młk tl. 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuzy 100g	en 2278,6kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NKT 27 g Bł 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy, 30g masło (82%) 10g, polędwica drobiowa 30g, pasztecik 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 10g, melon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100 , pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszczenna 1szl., masło (82%)10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g Bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szl., masło (82%)15g, ser Hochland z pl., polędwica drobiowa 50g, pasztecik 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z młkiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szl., masło (82%) 11,5g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g Bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, młk tl. 10g, serduski 1 szt., pasztecik 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, jajo got. 1 szt., siałab gotowany 50g)	sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło młk 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liśc sałaty	en 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g Bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szl., serduski młecny 1szl., pasztecik 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szl., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 300 g NKT 26,1 g Bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g

bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix 110g, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurudziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, garhka mięsna indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4 szt., mix 110g, filet kurczaki gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuż 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 25,2 g Bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb żyty 90g, mix 113g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl., jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix 110g, ser biały 50g, fileś sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2%, i cukrem 200ml, chleb żyty 90g, bułka pszenna 1szt., mix 113g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuż 100g	en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g Bł 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

Bł - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych w jadłospisie w dn. Sobota 1

Mleko (fakcznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix ty., masło 82%, kawa zbożowa z młkiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serrek hochland, camembert, pasztec

Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztec, kawa zbożowa z młkiem, wędliny, serdelek, Krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska, pasta warzywna

Seleń- rosół z makaronem, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztec, pasta warzywna

Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztec wp.

Gorczyca- serdelek, Krakowska, szynkowa, pasztec wp.

Jajo i prod. pochodne – jajo