

NIEDZIELA 1 SZPITAL SEJNY 20.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl.15g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśy kiszonej 50 g, kaliafor z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser zółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2412,8 kcal, B 107,9 g T 92,1 g W 315,4 g NKT 32,9 g Bt 22,7 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrymonem 70g, soppocka 50g, jablko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśy pekińskiej 120g, kaliafor z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrymonem 30g, polędwica soppocka 30g, jablko 1 szt, liść sałaty	wafile ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % 1 szt	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, chleb zw.60g, kiełbasa szynkowa drobiowa 30g, ser zółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g Bt 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.120g, mix tl.15g, twarógzek ze śmietaną,cukrem i cytrymonem 70g, polędwica soppocka 50g, jablko 1 szt, liść sałaty	wafile ryżowe 2 szt.,pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśy pekińskiej 150 g, kaliafor z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % 1 szt	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.120g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser zółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g Bt 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśy kiszonej 120g, kaliafor gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt	en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bt 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, t twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrymonem 70g, soppocka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, , filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKT 27,1 g Bt 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g

<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarozek ze smietana, cukrem i cytanonem 70g, schab gotowany 50g, jablko 1szt., lisc salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogorek w sosie zielonym 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryzowe 4szt., mix tl 10g, schab wp 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g bł 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowaz cukrem 200ml, chleb zw 120g szt., mix tl 5g, twarozek ze smietana, cukrem i cytanonem 70g, soppcka 50g, jablko 1szt., lisc salaty</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 200g, filet kurczy gotowany w sosie miedlowym 60g, sur z kapusty pekinijskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml</p>		<p>Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 120g, mix tl 15g, ketbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g bł 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 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>Wykaz składników alergicznych: w 1 porcji w dn. Niedziela 1: Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarozek z papryką i ziołami, twarozek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser żółty, kefir Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa zbożowa, szynkowa drobiowa, soppcka, schabowy wp, filet w sosie, biszkopty Seler- zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, soppcka Soja i produkty pochodne – wafle ryzowe, szynkowa, soppcka Gorczyca- szynkowa, soppcka Jajo – jajo gotowane, biszkopty, schabowy wp.</p>						