

# ŚRODA 1 SZPITAL SEJNY 11.12.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zrn 60g, bułka pszenna 1szt, mix H 13g, serbkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 160g, smazony kotlet mielony w p. 90g, sur z białej kapusty z marchewką i porrum w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zrn 60g, bułka pszenna 1szt, mix H 13g, pasta twarogowa-rzecz ze szczynobiskiem 70g, kiełbasa karkonowska parzona 50g, miodon 100g, mix siałat z oliwą virgin 5g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zrn 60g, mix H 13g, serbkowa 50g, ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpek mielony w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zrn 60g, bułka pszenna 1szt, mix H 10g, konserwa sardynska 50g, twaróg z żółtym 70g, miodon 100g, mix siałat z oliwą virgin 5g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt., serbkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbata: 25g, mas owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpek mielony w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 % 10g, serbka z piersi karczaska 30g, kiełbasa karkonowska parzona 50g, miodon 100g, mix siałat z oliwą virgin 5g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, sółek zw 50g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 10g, serbkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbata: 25g, mas owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 200g, smazony kotlet mielony w p. 90g, sur z białej kapusty z marchewką i porrum w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zrn 60g, bułka pszenna 1szt, masło 82% H 13g, serbka z piersi karczaska 50g, kiełbasa karkonowska parzona 50g, miodon 100g, mix siałat z oliwą virgin 5g
cukrzykowa	kawa zbożowa, bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix H 10g, serbkowa 50g, ser biały 70g, (niezrównoważone białko) pasta z karczaska got. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, liść salicy	kanalik gotowany 150 ml	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpek mielony w sosie własnym 60g, sur z białej kapusty z marchewką i porrum w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb razowy 60g, konserwa sardynska 50g, twaróg z żółtym 70g, miodon 100g, mix siałat z oliwą virgin 5g
wętrobowna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zrn 60g, serbkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpek mielony w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zrn 60g, bułka pszenna 1szt, kasza sardynska 50g, twaróg z żółtym 70g, miodon 100g, mix siałat z oliwą virgin 5g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix H 10g, ser biały polski 50g, pasta z gotowanego karczaska 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpek mielony bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix H 10g, jajo got. 1 szt, twaróg żółtawy 50g, warble ryżowe 4szt, miodon 100g, mix siałat z oliwą virgin 5g

<p><b>przy</b> <b>nieokreślonościach</b></p>	<p>Maksymon na mleku 250ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, ciacho zcv 90g, bułka pszenna 1szt, mix 1 i 5g, serwatka 50g, ser biały 70g, pomidur 70g, jabolko 1 szt.</p>	<p>ciacho razowy 80g, mix 1 i 10g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.</p>	<p>Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml szkl.</p>	<p>Kawa z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, ciacho zcv 90g, bułka pszenna 1szt., mix 1 i 15g, konserwa suwalska 50g, twaróg z ziołami 70g, miodu 100g, mix sialu z oliwą Virgin 5g</p>
<p><b>Oznaczenia wskaźników odżywczych:</b> en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe Bt - błonnik sól - sól cukry - cukry</p>				
<p><b>Wykaz składników aktywnych w Iadospisie w dn. środa 1</b></p>				
<p>Mleko (kazein z laktozą) - maksaron na mleku, mix 1i, masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarógek ziołowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland</p>				
<p>Zioła zawierające gluten- zupa mączna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony WP, pulpet indyjski, kawa zbożowa, kawa zbożowa z mlekkiem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, kasza</p>				
<p>Seled- rzepy obiadowa; krupnik; ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska Soja i produkty pochodne- wafile ryżowe,, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska Gorczyca- , szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska Jaja- herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane Ryby- pasta twarogowo-rybna</p>				