

CZWARTEK 1 SZPITAL SEJNY 12.12.2024

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kawa jezzniemana na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, kiełbasa parowkowa 100g, camembert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzgnką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, jajko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta butterano-klarowa 70g, pomidor 70g	en 2839,9 kcal, B 98,9 g T 116,7 g W 373,7 g NKT 37,8 g Bt 23,9 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
lekkostrawna	Kawa jezzniemana na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-klarowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlektem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g Bt 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
dzieci do lat 3	Kasza jezzniemana na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica soppoka 30g, serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzgnką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, sernka z płciśi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g Bt 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci starsze	Kasza jezzniemana na mleku 300 ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, polędwica soppoka 50g,serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzgnką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, sernka z płciśi kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
cukrzykowa	Kawa zbozowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., cukrzykowa b/soli - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakerska 20g	Zupa koperkowa bez smiatany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie broklowym 60g, surowka z kiszonej kapusy 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż z mlektem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g Bt 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jezzniemana na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chlopska bez smiatany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-klarowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g Bt 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g

<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szl., pomarańcza 100g, liść salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kisiel owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, warle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, jaglko gotowane, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść salaty</p>	<p>en 2499,2 kcal B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g bj 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 15g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szl., pomarańcza 100g, liść salaty</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, pomidor 50g</p>	<p>Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jaskami i bezoną pieczoną 250g, gruszka 1 szl., kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 15g, przysmak suwaiński 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty</p>	<p>en 2868,2 kcal B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g bj 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g</p>

Oznaczenia wskaźników odżywczych:
en - wartość energetyczna

B — białko ogółem

T — tłuszcz

W — węglowodany ogółem

NKT — nasycone kwasy tłuszczowe

bj — błonnik

sól — sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych, w jadalospisie. Czwartek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serek

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwaiński, polędwica drobiowa, polędwica sopocka, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokułowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym

Seler- zupa fasolowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwaiński, polędwica drobiowa

Gorczyca- zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwaiński, polędwica drobiowa

Jajo—jajo gotowane

Soja- przysmak suwaiński, kielbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa