

NIEDZIELA 1 SZPITAL SEJNY 15.12.2024

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, sopočka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapsuły kiszoncy 50 g, kalfior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2412,8 kcal, B 107,9 g T 92,1 g W 315,4 g NK1 32,9 g B1 22,7 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsuły pekińskiej 120g, kalfior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NK1 28,1 g B1 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 cynamonem 30g, polędwiczka sopočka 30g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalfior gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, chleb zw.60g, kiełbasa szynkowa drobniowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NK1 13,5 g B1 12,2 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 cynamonem 70g, polędwiczka sopočka 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapsuły pekińskiej 150 g, kalfior 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 drobniowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NK1 32,9 g B1 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, sopočka 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 kapsuły kiszoncy 120g, kalfior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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 NK1 28,2 g B1 27,9 g sól 5,9 g cukry 49 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, t twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalfior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NK1 27,1 g B1 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, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1szt., liść salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Ziemiaczana 200ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogrek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, wałki ryżowe 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 zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 5g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jabłko 1szt., liść salaty</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśny pekńskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml</p>	<p></p>	<p>Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiełbasa 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>

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 alergennych: w jadospisie w dn. Niedziela 1:

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożek z papryką i ziołami, twarożek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser żółty, kefir

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa zbożowa, szynkowa drobiowa, sopočka, schabowy wp, filet w sosie, biszkopty

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, sopočka

Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, szynkowa, sopočka

Gorczyca- szynkowa, sopočka

Jajko – jajko gotowane, biszkopty, schabowy wp.