NIEDZIELA 1 SZPITAL SEJNY 29.12.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g., mix tł.15g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopocka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g , sur. z kapusty kiszonej 50 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 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 NKT 32,9 g bł 22,7 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopocka 50g, jabłko 1szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g , sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalafior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90. mix tł.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 bł 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, twarożek ze śmietaną,cukrem i cynamonem 30g, polędwica sopocka 30g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jeczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalafior 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 żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g bł 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 tł.15g, twarożek ze śmietaną,cukrem i cynamonem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt.,pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smażony schabowy wp. panierowany 90g , sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.120g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g bł 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowabez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopocka 50g, liść sałaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczminna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g., sur. z kapusty kiszonej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż.bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.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 bł 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, t twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 160g, , filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 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 bł 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g

bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł.10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g , kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, schab wp.50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	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
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tł15g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopocka 50g, jabłko 1szt., liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tł.10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 200g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g , sur. z kapusty pekińskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.120g mix tł.15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	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

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 jadłospisie w dn. Niedziela 1 :

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa zbożówa z mlekeim , 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, sopocka, schabowy wp, filet w sosie, biszkopty
Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, sopocka
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, szynkowa, sopocka
Gorczyca- szynkowa, sopocka
Jajo—jajo gotowane, biszkopty, schabowy wp.