

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, szynkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 160g, smażony kotlet mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, pasta twarogowa-rybna ze szczyporkiem 70g, kiełbasa krakowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2376,1 kcal, B 89,9 g T 83,1 g W 357,0 g NKT 31,2 g bł 20,9 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz. z mlekkiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, konserwa suwalska 50g, twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKT 28,4 g bł 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 30g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyzy 60g 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, szynka z piersi kureczaka 30g, kiełbasa krakowska parzona 30g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 189,7 g NKT 14,1 g bł 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, szynkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 200g, smażony kotlet mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% tl. 15g, szynka z piersi kureczaka 50g, kiełbasa krakowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKT 31,2 g bł 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, ser biały 70g, (cukrzycowa b/soli-pasta z kureczaka got. 50g, ser biały 70g) pomidor 70g, liść salaty	kalafior gotowany 150 ml	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz. b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa suwalska 50g, twarozek z ziołami 70g, cukrzycowa b/soli- jajo gotowane 1szt, ogórek 70g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 359,1 g NKT 28,4 g bł 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz. z mlekkiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., konserwa suwalska 50g, twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKT 28 g bł 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały półtusty 50g, pasta z gotowanego kureczaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyzy b/glut bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt, twarozek ziołowy 50g, wafle ryżowe 4szt, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKT 25,5 g bł 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g

	przy niedokrwiistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl.15g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	chleb razowy 80g., mix tl.10g., kielbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, konserwa suwalska 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 29,3 g bf 29,5 g sól 5,8 g cukry 93,1 g
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bf – błonnik sól – sól cukry - cukry</p> <p><u>Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. środa 1.</u></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarożek ziołowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland Zboża zawierające gluten- zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpet indyjski, kawa zbożowa, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska, kasza pęczak Seler- zupy obiadowe; krupnik, ogórkowa, szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, , szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska Gorzycza- , szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane Ryby- pasta twarogowo-rybna</p>						