

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. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, kiełbasa suwalska 1 szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wątróbka drobiowa duszona z cebulką i karmelizowanym jabłkiem 100g, surówka z czerwonej kapusty 150g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, twarożek z cebulą i szczypiorkiem 70g, szynka z piersi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść salaty	en 2549,3 kcal, B 101,3 g T 82,0 g W 334,7 g NKT 30,6 g bł 22,9 g sól 8 g cukry 96,7 g
lekkostrawna	kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, serdelek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twarożek z ziołami 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść salaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g bł 25,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1szt., masło (82%) 10g, szynkowa 30g, sopočka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopty 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z piersi kurczaka 30g, twarożek z ziołami 30g, liść salaty, pomarańcza 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g bł 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
dzieci starsze	kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, szynkowa 50g, sopočka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopty 30g, pomarańcza 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, twarożek ziołowy 70g, liść salaty, pomarańcza 100g	en 2557,3 kcal, B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g bł 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyc. bez soli – jajo goto. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarzywny 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g jajo 1 szt	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twarożek ziołowy 70g, szynka z piersi kurczaka 50g, liść salaty, kefir 1 szt.	en 2378,3 kcal, B 103,7 g T 65,3 g W 288,4 g NKT 25,4 g bł 22,3 g sól 5,2 g cukry 45,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serdelek 1szt, szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twarożek ziołowy bez soli 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, liść salaty, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 107 g T 67,5 g W 310,6 g NKT 27,4 g bł 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tł. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemiaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tł. 10g, twarożek ziołowy 50g, schab gotowany 50g, pomarańcza 100g, liść salaty	en 2150,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 310,5 g NKT 24,2 g bł 27,5 g sól 4,3 g cukry 96,4 g

<p><b>PRZY</b> <b>niedokrwistościach</b></p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt. mix tł.15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.</p>	<p>chleb razowy 80g., mix tł.10g, jajko got. 1 szt., dzem 1 szt, papryka 50g</p>	<p>Rosół z makaronem 300 ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt.mix tł.15g, twarożek zielony 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść salaty</p>	<p>en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g bł 26,5 g sól 6,3 g cukry 99,4 g</p>
<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</p> <p><b><u>Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Czwartek II</u></b></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł, masło 82%. kawa z mlekiem, serdelek, kielbasa suwalska, twarożek zielony, kefir, herbatniki, serek homogenizowany  Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z piersi kurczaka, biszkopty  Seler- rosół, serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka  Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, serdelek, kielbasa suwalska, szynka z piersi kurczaka, szynkowa  Jajka - jajko gotowane 1 szt., biszkopty  Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka</p>					