

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku	
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt. mix tł. 15g, paszтет 50g, serdelek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, mandarynka 1 szt.		Zupa z soczewicy 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszzonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml			Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb wz. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dżem 1 szt., szynka bartenika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2467,1 kcal, B 93,9 g T 97,8 g W 368,1 g NKT 35,8 g bi 27 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt. mix tł. 10g, paszтет 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml			Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt. mix tł. 10g, ser biały półtusty 70g, szynka bartenika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 309,9 g NKT 29,1 g bi 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszтет 30g, poledwica drobiowa 30g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.		Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1 szt masło (82%) 10g, ser biały półtusty 30g, szynka bartenika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal, B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 13,5 g bi 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. masło (82%) 15g, paszтет 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	budyń 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. masło (82%) 15g, ser biały półtusty 70g, szynka bartenika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2435,3 kcal, B 107,4 g T 76,2 g W 322,9 g NKT 29,5 g bi 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
cukrzycowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tł. 10g, paszтет 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzyk bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur z kiszzonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml		Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 sztuka, szynka bartenika 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal, B 106,3 g T 74,1 g W 299,9 g NKT 28,1 g bi 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., paszтет 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot 200ml			Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtusty 70g, szynka bartenika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal, B 105,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29 g bi 26 g sól 5 g cukry 96,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix. tł. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	Wafle ryżowe 2szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszzonej kapusty 120g, sur. z marchewki 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml		Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2055,3 kcal, B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g bi 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g

	<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. mix tl. 15g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść salaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, kureczak got. 60g, ogórek 70g</p>	<p>Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. mix tl. 15g, szynka bartnika 50g, jajo gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>en 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bł 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 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>Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Środa II</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tł., kawa z mlekiem, budyń, ser biały półtłusty, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polędwica drobiowa Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa inka z mlekiem, herbatniki, kawa zbożowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika, zupa z soczewicy Seler- zupa ryżowa, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika, zupa z soczewicy Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika Gorczyca- wędliny: pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika Jajo – jajko got. 1 szt., babka ziemniaczana,</p>						