

Dieta	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 tł 15g, polędwica sopocka 50g, ser żółty 50g, dżem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszona sztuka mięsa wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki z pestakami słonecznika 150g, fasolka szparagowa zielona 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.15g, polędwica drobiowa 50g, ser rozek 2 szt., ogórek kiszony 70g, melon 100g	en 2503,2 B 86,8 g T 93,3 g W 326 g NKT 34,7 g bf 35,5 g sól 6,3 g cukry 96,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł 10g, polędwica sopocka 50g, serek wiejski 1 szt, dżem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany schab w sosie pomidorowym 60g, sur. z marchewki z pestakami słonecznika 120g, fasolka szparagowa zielona 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, polędwica drobiowa 50g, twarożek zielony 50g, ogórek 70g, melon 100g	en 2288,2 kcal, B 118 g T 75 g W 322,1 g NKT 31,15 g bf 28,8 g sól 5,2 g cukry 94,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, chleb zw. 60g, masło (82%)10g, polędwica sopocka 30g, serek wiejski 1 szt, dżem 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany schab w sosie pomidorowym 60g, marchewka gotowana 60g, fasolka szparagowa zielona 60g, kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, masło (82%)10g, polędwica drobiowa 30g, twarożek zielony 30g, ogórek 70g, melon 100g	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g bf 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.120g, masło (82%)tł.15g)polędwica sopocka 50g,serek wiejski 1 szt, dżem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany schab mielony w sosie pomidorowym 60g, sur. z marchewki z pestakami słonecznika 150g, fasolka szparagowa zielona 150g, kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł.15g, polędwica drobiowa 50g, twarożek zielony 50g, ogórek 70g, melon 100g	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g bf 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, polędwica sopocka 50g, jogurt naturalny 1 szt., ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany schab w sosie pomidorowym 60g, sur. z marchewki z pestakami słonecznika 120g, fasolka szparagowa zielona 150g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, polędwica drobiowa 50g, twarożek zielony, ogórek 50g, liść sałaty	en 2017,2 kcal, B 112 g T 71 g W 294,1 g NKT 31,15 g bf 26,8 g sól 5,3 g cukry 56,7 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, polędwica sopocka 50g, jogurt naturalny 1 szt., dżem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany schab mielony w sosie pomidorowym 60g, marchewka gotowana 120g, trio warzywne z pary 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, polędwica drobiowa mielony 50g, twarożek zielony 50g, mus owocowy 1 szt., liść sałaty	en 2152,2 kcal, B 117,9 g T 60 g W 324,1 g NKT 27,3 g bf 28,8 g sól 5,3 g cukry 96,3 g

bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł.10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., dżem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, gotowany schab 60g, sur. z marchewki z pestakami słonecznika 120g, trio warzywne z pary 120g, kompot owocowy 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, filet kurczęcy gotowany 50g, dżem owocowy 2 szt., ogórek 70g, melon 100g	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g bł 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 120g, mix tł.15g, polędwica sopocka 50g, serek wiejski 1 szt., dżem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany schab w sosie pomidorowym 60g, sur. z marchewki z pestakami słonecznika 120g, trio warzywne z pary 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.120g, mix tł.15g, polędwica drobiowa 50g, twaróg ziołowy 50g, ogórek 70g, melon 100g	en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g bł 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie Czwartek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kaszamanna na mleku, mix tł., masło 82% kawa z mlekiem, mieszanka płynna, biszkopty, jogurt naturalny, kefir, zupa kalafiorowa, ser żółty, serek wiejski, ser rożek, serek homogenizowany

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, kawa z mlekiem, kawa zbożowa, mieszanka mleczna, polędwica drobiowa, polędwica sopocka, schab w sosie pomidorowym, hummus, kasza jęczmienna, herbatniki, biszkopty, szynkowa

Seler- kalafiorowa, polędwica drobiowa, polędwica sopocka, schab w sosie pomidorowym, hummus, kotlety sojowe, szynkowa

Gorczyca- alafiorowa, polędwica drobiowa, polędwica sopocka, schab w sosie pomidorowym, hummus, kotlety sojowe, szynkow

Jajo—jajo gotowane, pyzy ziemniaczane

Soja- polędwica sopocka, polędwica drobiowa, deser sojowy, hummus, szynkowa // orzechy- masło orzechowe