

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tł.15g, ser żółty 50g, poledwica sopocka 50g, dzem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony kotlet schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g mix tł.15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2416,7 kcal, B 104,3 g T 89,9 g W 350,8 g NKT 31,4 g bł 24,1 g sól 5,7 g cukry 99,6 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, ser biały półtusty 50, poledwica sopocka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90. mix tł. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2403,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g bł 30,2 g sól 5 g cukry 92,3 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82%10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, poledwica sopocka 30g, dzem 1 szt., jablko 1 szt.	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopty 25g, serek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw.60g, szynka z piersi kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1205,4 kcal, B 66,4 g T 40,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 15 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tł.15g, ser żółty 50g, poledwica sopocka 50g, dzem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopty 30 g, serek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.120. mix tł. 15 g, szynka z piersi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g bł 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g
cukrzycowa	kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, poledwica sopocka 50g, ser biały półtusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	chleb razowy 30g jajo got. 1 szt	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszanej kapusty 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok wielowarzywny 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzyce bez soli - schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt.) liść sałaty, pomidor 70g	en 2402,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 311,2 g NKT 28,1 g bł 30,3 g sól 5 g cukry 50,3 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, ser biały półtusty 50g, poledwica sopocka 50g, dzem 1 szt, mus owocowy 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2389,3 kcal, B 112,9 g T 67,4 g W 332,1 g NKT 28 g bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, ser biały półtusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2303,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g bł 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,6,3 g

przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g., mix tł.15g., ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g., mix tł.10g., krakowska 50g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jęczmień 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 1200g, mix tł. 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść salaty, pomidor 70g	en 2513,3 kcal, B 113,5 g T 70,5 g W 313,3 g NKT 27,1 g bł 30,4 g sól 4,8 g cukry 97,3 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 II**

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, wędliny: krakowska, blok mielony, serek waniliowy  
Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa zbożowa z mlekiem, herbatniki, wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, sopocka, szynkowa, smażony schabowy wp.schab duszony w sosie, biszkopty  
Seler- krupnik, grochowa, wędliny: blok mielony, krakowska, sopocka  
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, wędliny: krakowska, blok mielony  
Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mięsny  
Jajo-jajo, biszkopty