

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw.30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g., melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 50g, twarozek z cebulką 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 2366,3 kcal, B 80,5 g T 85,2 g W 342,2 g NKT 31,6 g bł 28,8g sól 5,5 g cukry 90,66 g
lekkostrawna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, pieczeń rzymska 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, twarozek zielony 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2317,6 kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 318,5 g NKT 29,2 g bł 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
dzieci do lat 3	Kawa zbozowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, zacierka na mleku 200ml, szynka z piersi kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1356,5 kcal, B 63,6 g T 48,5 g W 188,5 g NKT 13,4 g bł 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2356,5 kcal, B 90,6 g T 70,1 g W 320,4 g NKT 25,5 g bł 30,6 g sól 4,9 g cukry 87 g
cukrzycowa	kawab/cukru 200, chleb razowy 100 mix. tł. 10, pieczeń rzymska 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy 30g, tyrolska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyczy w sosie własnym 60g, sur marchewki z chrzanem 120g, sur. z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, twarozek zielony 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2419,6 kcal, B 92,3 g T 80,7 g W 325,5 g NKT 31,2 g bł 28,5 g sól 5,6 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., pieczeń rzymska 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboż. z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski mielony 50g, twarozek zielony 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2212,6 kcal, B 90,2 g T 71,7 g W 300,5 g NKT 28,5 g bł 26,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g., mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyczy bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, twarozek zielony 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2000,6 kcal, B 87,3 g T 66,6 g W 297,5 g NKT 26 g bł 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g

przy
niedokrwistości

Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z
cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g,
mix tł. 15g, pieczeń rzymska 50g, szynka
konserwowa 50g, melon 100g, liść salaty

razowy 80g, mix tł
10g, tyrolska 60 g

Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez
cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g,
kompot owocowy 200 ml

Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka
pszenna 1 szt., mix tł. 15g, przysmak suwalski 50g,
twarożek ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt

en 2417,6 kcal,
B 92,3 g
T 80,9 g
W 321,5 g
NKT 30,2 g
bł 27,9 g
sól 5,6 g
cukry 88,4 g

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. Wtorek II

Mleko (łącznie z laktozą) - zacierki na mleku, mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, twarożek z cebulką, twarożek ziołowy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy
Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet, wp., kawa z mlekiem, wędliny; szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, pulpet z indyka, pieczeń rzymska
Seler- wędliny: szynka konserwowa, pieczeń rzymska, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy
Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń rzymska, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy
Gorzycza- wędliny: pieczeń rzymska, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy
Jaja - stek, pulpet