

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, paszтет wp. 50g, gruszka 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszzonej kapusty z zurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2415,8 kcal, B 106,9 g T 78,7 g W 348,9 g NKT 35,3 g bl 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, kielbasa szynkowa 50g, paszтет wp. 50g, jajko 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g bl 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajko 1 szt., schab gotowany 30g, gruszka 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 1230,9 kcal, B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g bl 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajko gotowane 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, paszтет wp. 50g, gruszka 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszzonej kapusty z zurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, pomarańcz 100g	en 2596,5 kcal, B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g bl 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajko gotowane 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, paszтет wp. 50g, ogórek kiszony 50g, rucola 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszzonej kapusty z zurawiną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g bl 34,8 g sól 55,1 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, paszтет wp. 50g, biało gotowanego jaja 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bl 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, schab gotowany 70g, jajko got. 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bl 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g

<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Ryz. na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt.mix: tl. 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g</p>	<p>chleb razowy 60g, mix tl.10g, blok mielony 50g, ogórek 50g</p>	<p>Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filec kurczęcy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap.pekińskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt., mix: tl 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat</p>	<p>en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bf 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bf – błonnik sól – sól cukry - cukry</p> <p>Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. wtorek 1: Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztet Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filec z kurczaka, filec z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna</p>					
<p>Seler- zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa Gorczyca- kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, Jajka-jajko, szynceł z kurczaka</p>					