

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, twarózek ze szczyporkiem 70g, kielbasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300 ml, kasza pęczak 160g, duszona sztuka mięsa wp w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150 g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, polędwica sopocka 50g, serek topiony 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, pomidor 50g	en. 2486,8kcal, B 86,5g T 93,5 g W 331,5 g NKT 32,7 g bł. 41,2 g sól 6,8 g cukry 99,2 g
łatwostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200 ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt. mix tł. 10 g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp. 50 g, jabłko 1 szt., ogórek 70 g		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, polędwica sopocka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en. 2541 kcal, B 99,4 g T 94 g W 331,9 g NKT 26,7 g bł. 34,8 g sól 3,8 g cukry 103,5 g
paperkowa	Jak lekkostrawna (chleb zw.90g), konserwa suwalska mielona 50g, kielbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g) polędwica sopocka 50g mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en. 2360,5kcal, B 100,3 g T 66,5g W 330,3 g NKT 23,6g bł. 29,7 g sól 4,6 g cukry 96,9g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt. masło (82%) 10g, jajo 1 szt., kielbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30 g, masło 82% 10 g, polędwica sopocka 30g, liść sałaty, jogurt owocowy 1 szt.	en. 1156,5 kcal, B 60,6 g T 20,5g W 181,5g NKT 12,2 g bł. 114,6 g sól 2,8 g cukry 87,9g
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska mielona 50g, kielbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt., jajo goto. 1 szt. mielone	Budyń 150 ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna, polędwica sopocka 50g mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en. 2492,7kcal, B 109,7 g T 68,6 g W 365,5 g NKT 22,6 g bł. 24,9 g sól 4,5g cukry 120,5g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., schab gotowany 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna bez soli		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en. 2149,5kcal, B 105g T 55,3g W 298,7 g NKT 22,8 g bł. 25,8 g sól 3,7 g cukry 99,1g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo 1 szt., krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, polędwica sopocka 50g, dżem 20g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en. 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł. 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200 ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp. 50g, ogórek 70g, liść sałaty (cukrz b0s jajo 1 szt.), jaj goto. 1 szt.	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, surówka z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, polędwica sopocka 50g, twarózek ziołowy (cukrzyc. bez soli - jajo got. 1 szt. twarózek ziołowy), sur z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en. 2114,2 kcal, B 94,4 g T 87,5 g W 292,7g NKT 15,9 g bł. 43 g sól 4 g cukry 37,6g

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp. 50g, mus owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., białko z 2 jaj		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., polędwica sopocka 50g mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en. 2299,5 kcal, B 94,6 g T 72,9 g W 318,9 g NKT 20,1 g bl. 25,4 g sól 3,5 g cukry 90,6 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, jajo 1 szt., kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml.	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., polędwica sopocka 50g, masło orzechowe 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en. 1515,5 kcal, B 67,2 g T 57,4 g W 189 g NKT 18,4 g bl. 16 g sól 2,6 g cukry 65,6g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250 ml, herbata 200 ml, chleb bezglutenowy 90g, mix. tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., schab wp. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200 ml, wafle ryżowe 4 szt. mix tł. 10 g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1szt.	en.2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g bl. 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, mix tł. 15g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., jajo got. 1 szt.		Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, polędwica sopocka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en. 2700,1 kcal, B 108 g T 91,6 g W 100,2 g NKT 27,8g bl. 37,8 g sól 6,9 g cukry 99,7g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe

bl. - błonnik

Wykaz składników alergennych: w dn Poniedziałek 18.12.2023

Mleko (łącznie z laktozą) - kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, mieszanka mleczna, ser żółty, ser biały, barszcz ze śmietaną, budyń, serek topiony, twaróg ziołowy, jogurt owocowy

Zboża zawierające gluten - kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna, pęczak, pieczywo, kawa zbożowa, wędliny: kiełbasa krakowska, pasztet wp., konserwa suwalska, blok mielony, mieszanka mleczna, sztuka mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos ogrodowy, suwalska

Seler - barszcz czerwony, wędliny: konserwa suwalska, blok mielony, pasztet wp., kiełbasa krakowska, kotlety ziemniaczane, sos ogrodowy, suwalska, zraz mielony wp. gotowany 60g w sosie własnym

Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, suwalska

Gorzycza - konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet wp.

Jaja - jajo got.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, ser rożek 2 szt., melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150ml, kompot owocowy 200 ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 70g, twarożek z cebulką 70g, sur. coleslaw 80g, gruszka 1 szt.	en. 2741,3 kcal, B 90,2 g T 110,5 g W 354,6 g NKT 22,7 g bł. 33,2 g sól 3,5 g cukry 94 g
łatwostrawna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, rolada faszerowana 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 zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en. 2377,6 kcal, B 100,4 g T 79,5 g W 310,1 g NKT 29,2 g bł. 27,5 g sól 5,8 g cukry 104,4 g
papkowata	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, rolada faszerowana mielona 50g, szynka konserwowa mielona 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g) przysmak suwalski - mielony 50g	en. 2198,7 kcal, B 102,6 g T 66,2 g W 329,9 g NKT 23,3 g bł. 29,7 g sól 4,8 g cukry 96,8 g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa 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%) 15g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en. 1225,5 kcal, B 64,3 g T 21,4 g W 181,3 g NKT 12,3 g bł. 15,4 g sól 3,1 g cukry 89,3 g
wrzodowa	Jak papkowata	Chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 350 ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwalski mielony 50g, twarożek ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en. 2567,5 kcal, B 109,1 g T 71,9 g W 365,3 g NKT 23,1 g bł. 25,5 g sól 4,5 g cukry 119,6 g
niskosodowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, melon 100g, liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twarożek ziołowy 70g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en. 2049,5 kcal, B 106,1 g T 55,1 g W 298,6 g NKT 22,8 g bł. 25,4 g sól 3,7 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Zacierka na mleku @% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka z piersi kurczaka 70g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukurydziane 16g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa 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. 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł. 30,2 g sól 604 g cukry 122,2 g
cukrzycowa	Kawa b/cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, rolada faszerowana 50g, szynka konserwowa 30g, liść sałaty, pomidor 50g	Chleb razowy 30g, tyrolska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyczy w sosie własnym 60g, sur. z marchewki z chrzanem 120g, sur. kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziołowy 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en. 2458,9 kcal, B 96,8 g T 74,1 g W 292,8 g NKT 18,7 g bł. 35,7 g sól 4,9 g cukry 37,9 g

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
wątrobowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., rolada faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski mielony 50g, twarożek ziołowy 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en. 2279,4 kcal, B 92,5 g T 74,6 g W 321 g NKT 20,7 g bl. 25,3 g sól 3,8 g cukry 91,1 g
dzieci bezmleczna	Zacierka na mleku roślinnym 50ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, szynka z piersi kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indycy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Napój owocowy 150ml	Kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., schab gotowany 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en. 1250,6 kcal, B 104,9 g T 99,8 g W 310,4 g NKT 25,8 g bl. 15,2 g sól 4,2 g cukry 91,4 g
bezglutenowa	Ryż 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	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indycy bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, twarożek ziołowy 70g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en. 2190,5 kcal, B 112,7g T 68,9 g W 284,3 g NKT 24,1 g bl. 26,6 g sól 4,8 g cukry 107,2 g
przy niedokrwistościach	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, mix tł. 15g, rolada faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa 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. 2650,7 kcal, B 107,5 g T 92,1 g W 102,5 g NKT 28,7 g bl. 40,2 g sól 6,5 g cukry 99,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe

bl. - błonnik

Wykaz składników alergennych: w dn. Wtorek 19.12.2023

Mleko (łącznie z laktozą) - zacierki na mleku, mix tł., masło (82%), kawa z mlekiem, jogurt, mieszanka płynna, twarożek z cebulką, twarożek ziołowy, kefir, ser żółty, ser rożek Hochland

Zboża zawierające gluten - zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet wp., kawa z mlekiem, wędliny: szynka konserwowa, rolada faszerowana, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, mieszanka mleczna, pulpet z indyka, kotlety sojowe

Seler- wędliny: szynka konserwowa, rolada faszerowana, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska

Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, rolada faszerowana, przysmak suwalski, szynkowa, krakowska

Gorzycza - wędliny: rolada faszerowana, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska

Jajka- stek, pulpet

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 25 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, pasztet 50g, serdelek 1 szt., ser żółty 30g, pomidor koktajlowy 20g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszzonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., szynka bartnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en. 2769,4 kcal, B 90,2 g T 97,3 g W 380,6 g NKT 28,1 g bł. 37,6 g sól 5,4 g cukry 109,4 g
łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 25 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztet 50g, poledwica drobiowa 50g, pomidor koktajlowy 20g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka bartnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en. 2246,8 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 305,1 g NKT 27,1 g bł. 26,3 g sól 5 g cukry 105,6 g
paperkowa	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), pasztet 50g, poledwica drobiowa mielona 50g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka bartnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en. 2330,8kcal, B 106,6 g T 76,4 g W 329,9 g NKT 23,6 g bł. 25,7 g sól 4,6 g cukry 99,9 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, pasztet 30g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 20g	Budyń 150 ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200m, bułka pszenna 1 szt., masło(82%) 10g, ser biały półtłusty 30g, szynka bartnika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en. 1456,4 kcal, B 66,7 g T 22,5 g W 184,9 g NKT 14,7 g bł. 15,9 g sól 3,4 g cukry 90,4 g
wrzodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztet 50g, poledwica drobiowa mielona 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 20g	Herbatniki 25g	Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Napój owocowy 150ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka bartnika mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en. 2619,3 kcal, B 110,1 g T 69,4 g W 371,2 g NKT 22,9 g bł. 22,4 g sól 3,9 g cukry 128,6 g
niskosodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo gotowane 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 20g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en. 2112,7 kcal, B 106,7 g T 79,9 g W 317,6 g NKT 22,7 g bł. 25,3 g sól 3,5 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, pasztet 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 20g	Budyń 250 ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, ser biały półtłusty 70g, szynka bartnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en. 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł. 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
cukrzycowa	Kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztet 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzyk. bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60g, sur. z kiszzonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 szt., szynka bartnika 50g, ogórek kiszony 70g, pomidor 70g	en. 2656,7kcal, B 120,1 g T 87,2 g W 270,1 g NKT 21,9 g bł. 39,5 g sól 6,9 g cukry 98,9 g

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 20g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka bartnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en. 2406,8 kcal, B 92,6 g T 74 g W 329,3 g NKT 19,1 g bl. 24,7 g sól 3 g cukry 95,8 g
dzieci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 20g	Wafle ryżowe 2 szt.	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60g, sur. z kiszzonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g/dzieci banan 1 szt., kompot owocowy bez cukru 200ml	Napój owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., jajo got. 1 szt., szynka bartnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en. 1509,5 kcal, B 67,7 g T 57,9 g W 189,5 g NKT 18,1 g bl 16,7 g sól 2,9 g cukry 66,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 20g	Wafle ryżowe 2 szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z kiszzonej kapusty 120g, sur. z marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en.2152,5 kcal, B 110 g T 67,9 g W 293,6 g NKT 24,9 g bl. 25,5 g sól 5,1 g cukry 113,6 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 20g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynka bartnika 50g, jajo gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en. 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bl. 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe

bl. - błonnik

Wykaz składników alergicznych: w dn Środa 20.12.2023

Mleko (łącznie z laktozą) - płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tł. kawa z mlekiem, budyń, ser biały półtłusty, mieszanka mleczna, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana

Zboża zawierające gluten - pieczywo, kawa Inka z mlekiem, herbatniki, kawa zbożowa, miesz. mleczna, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika

Seler - zupa ryżowa, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika

Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika

Gorzycza - wędliny: pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika

Jaja - jajo, babka ziemniaczana

Rodzaj diety	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. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, kielbasa suwalska 11 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wątróbka drobiowa z cebulką i karmelizowanym jabłkiem 100g, surówka z czerwonej kapusty 150g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, twaróg z cebulą i szczypiorkiem 70g, szynka z piersi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en. 2631 kcal, B 111,6 g T 92,7 g W 347,7 g NKT 24,7 g bł. 30,5 g sól 6,7 g cukry 91,9 g
łatwostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, serdelek 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchewką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en. 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g bł. 28,1 g sól 5,2 g cukry 119,1 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), serdelek mielony 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, , kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twaróg z ziołami 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en. 2390,9 kcal, B 102,3 g T 66,9 g W 329,9 g NKT 23,6 g bł. 25,1 g sól 4,2 g cukry 98,8g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1 szt., masło(82%) 10g, serdelek 1 szt., szynkowa 30g, ogórek 70g, pomidor 70g	Biszkopty 15g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, , kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szynka z piersi kurczaka 30g, twaróg z ziołami 30g, liść sałaty, mandarynka 100g	en. 1436,6 kcal, B 67,6 g T 26,8 g W 190,7 g NKT 14,1 g bł. 15,2 g sól 3,1 g cukry 89,6 g
wrzodowa	Jak lekkostrawna, serdelek mielony 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.	Sok wielowocowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, , kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, szynka z piersi kurczaka mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en. 2495,7 kcal, B 110,1g T 69,2 g W 370,8 g NKT 23,1 g bł. 25,9 g sól 4,4 g cukry 119,7 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka 1 szt., mix tł. 10g, jajo 1 szt., jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami bez soli 50g, schab gotowany 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en. 2265,5 kcal, B 105,2 g T 67,7g W 99,9 g NKT 22,7 g bł. 24,1 g sól 3,3 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 70g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Biszkopty 30 g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchewką 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zbożowa z cukrem i mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynka z piersi kurczaka 70g, twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, mandarynka 100g	en. 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł. 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyc. bez soli - jajo got. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarzywny 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchewką 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	Chleb razowy 30g, jajo 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 10g, mix tł. 10g, twaróg ziołowy 70g, szynka z piersi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en. 460,7kcal, B 118,7 g T 85,3 g W 274,6 g NKT 20,3 g bł. 38,7 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 25 0ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., szynkowa 50g, serdelek 1 szt., pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 150g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., twaróg zielony bez soli 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en. 2286,9 kcal, B 92,6 g T 74,1 g W 325,5 g NKT 20,5 g bl. 25,2 g sól 3,1 g cukry 93,1 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 250 ml, kawa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, serdelek 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 150g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en. 1607,7 kcal, B 68,4 g T 58,1 g W 189,9 g NKT 18,4 g bl. 16,1 g sól 2,9 g cukry 66,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tł. 10g, jajo 1 szt., jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, kasza gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 150g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200 ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, twaróg zielony 50g, schab gotowany 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en. 2302,5 kcal, B 108,2 g T 69,9 g W 295,9 g NKT 24,6 g bl. 25,4 g sól 3,8 g cukry 120,9g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Chleb razowy 80g, mix tł. 10g, jajko got. 1 szt., dżem 1 szt., papryka 50 g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z lap. pekińskiej z marchewką 120g, kalafior na parze 150g, , kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, twaróg zielony 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en. 2815,8 kcal, B 108,2 g T 92,3 g W 108,8 g NKT 28,8 g bl. 40,3 g sól 5,9 g cukry 115,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:**en - wartość energetyczna****B - białko ogółem****T - tłuszcz****W - węglowodany ogółem****NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe****bl. - błonnik****Wykaz składników alergennych: w dn Czwartek 21.12.2023**

Mleko (łącznie z laktozą) - kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, serdelek, kiełbasa suwalska, miesz. płynna, twaróg zielony, ciasto drożdżowe, kefir

Zboża zawierające gluten - kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, mieszanka płynna, kiełbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, ciasto drożdżowe, filet z

kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z piersi kurczaka

Seler - rosół, serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka

Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, serdelek, kiełbasa suwalska, szynka z piersi kurczaka, szynkowa

Gorczyca - serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka

Jaja - ciasto drożdżowe, rosół z makaronem, kotlety sojowe panierowane

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur. z kapusty białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15 g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jabłko 1 szt.	en. 2541,3 kcal, B 112,2 g T 95,5 g W 300,2 g NKT 21,7 g bł. 33,8 g sól 4,8 g cukry 90 g
łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10 g, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en. 2176,9 kcal, B 102,2 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 22,1 g bł. 24,3 g sól 4,2 g cukry 100,2 g
paperkowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, pasta z jaja z masłem 50g, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw.90g)	en. 2400,9 kcal, B 100,8 g T 69,9 g W 329,9 g NKT 22,8 g bł. 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,1g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretka owocowa 150g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, serek waniliowy 1 szt., ser żółty 50g, jabłko 1szt., pomidor koktajlowy 20g	en. 1278,5 kcal, B 69,6 g T 23,8 g W 182,5 g NKT 14,2 g bł. 16,2 g sól 3,4 g cukry 89,2g
wrzodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo gotowane mielone 1 szt., dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa b/sm 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10 g, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en. 2368,8 kcal, B 110,8 g T 68 g W 370,5 g NKT 19,7 g bł. 23,8 g sól 3,3 g cukry 126,7 g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10 g, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en. 2225,7 kcal, B 103,3 g T 65,5 g W 99,7 g NKT 22,9 g bł. 23,4 g sól 3,6 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretka owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15 g, ser biały 70g, ser żółty 70g, liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en. 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł. 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, ogórek 70g, pomidor 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, sur. z kapusty białej 120g, sur. z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Chleb razowy 30g, blok mielony 30g	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miz tł. 10g, twarożek z ziołami 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en. 2411,8 kcal, B 120,4 g T 87,2 g W 262,1g NKT 20 g bł. 35,5 g sól 4,6 g cukry 97,3 g

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., białka z 2 jaj, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa b/śm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., miz tł. 10g, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en. 2170 kcal, B 97,5 g T 73,1 g W 322,7 g NKT 19,2 g bl. 22,9 g sól 3 g cukry 95,6 g
dzieci bezmleczna	Kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., maselko orzechowe 50g, pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa b/śm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, hummus 50g, miód 1 szt., liść sałaty, deser sojowy 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en. 1278,9 kcal, B 106,6 g T 99,9 g W 310,1 g NKT 24,1 g bl. 13,8 g sól 3,5 g cukry 91 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 60g, dżem 1szt., ser biały 70g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa 300ml, ziemniaki 200g, gotowany dorsz 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, twarożek z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt., liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en.2224,5 kcal, B 112,4g T 68,2 g W 293,4 g NKT 23,1 g bl. 25,1 g sól 3,9 g cukry 120 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Chleb razowy 80g, mix tł. 10g, ser biały 50g, ogórek 70g	Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en. 2740,1 kcal, B 108 g T 92,1 g W 109,8 g NKT 26,6g bl. 36 g sól 5,6 g cukry 107,8g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe

bl. - błonnik

Wykaz składników alergennych: w dn Piątek 22.12.2023

Mleko (łącznie z laktozą) - płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tł, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek waniliowy, mieszanka płynna biszkopty

Zboża zawierające gluten - pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, kotlet rybny, pulpet rybny, kawa inka z mlekiem, mieszanka płynna, biszkopty, kasza jęczmienna, szynka śniadaniowa

Seler - zupa pomidorowa, kotlet rybny, szynka śniadaniowa

Gorzycza - kotlet rybny, szynka śniadaniowa

Jaja - jajo got., kotlet rybny, pulpet rybny, paluszki ziemniaczane

Ryby - kotlet rybny, pulpet rybny

Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, kotlet rybny, szynka śniadaniowa

Rodzaj diety	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. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, pasztet wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Krupniak 300 ml, pęczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka kiszzonego 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapusty pekińskiej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g	en. 2521,9 kcal, B 110,5 g T 90,7 g W 215,1 g NKT 20,6 g bł. 30,1 g sól 5,6 g cukry 92,6 g
łatwostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300 ml, pęczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90 g, mix warzyw na parze 120g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en. 2367,7 kcal, B 105,2 g T 78,7 g W 300,6 g NKT 29,1 g bł. 29,2 g sól 5,2 g cukry 103,2 g
paperkowa	Kasza manna na mleku 2%, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300 ml, pęczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60 g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, konserwa suwalska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en. 2369,9 kcal, B 108,9 g T 69,9 g W 318,9 g NKT 23,5 g bł. 25,6 g sól 4,5 g cukry 97,9 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200 ml, pęczak 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90 g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szynka z piersi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	en. 1403,1 kcal, B 64,9 g T 24,5 g W 190,9 g NKT 15,1 g bł. 15,1 g sól 3,4 g cukry 89,8g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., pasztet wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat	Chrupki kukurydziane 16g	Zupa chłopska 300 ml, pęczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60 g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en. 2653,8 kcal, B 110,6 g T 69,9 g W 370,4 g NKT 22,6 g bł. 24,9 g sól 4,3 g cukry 127,4 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., kiszony ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pęczak 160g, gotowane udo z kurczaka 90g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en. 2307,9 kcal, B 110,6 g T 60,9 g W 99,9 g NKT 20,7 g bł. 29,9 g sól 3,3 g cukry 95,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, pasztet wp. 70g, szynka konserwowa 70g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kapuśniak 300ml, pęczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynka z piersi kurczaka 70g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	en. 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł. 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyk. bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	Fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapuśniak 300ml, pęczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 120g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzywny 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, cukrzyk. bez soli - schab gotowany 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., papryka 50g	en. 2679,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 370,2 g NKT 22,7 g bł. 40 g sól 6,9 g cukry 98,8 g

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300 ml, pęczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60 g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en. 2338,3 kcal, B 90,7 g T 74,9 g W 329,9 g NKT 20,8 g bl. 26,9 g sól 3,9 g cukry 91,8 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 70g, mix sałat	Chrupki kukurydziane 16g	Zupa chłopska 300 ml, pęczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60 g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, szynka z p. kurczaka 50g, liść sałaty, deser sojowy 1 szt., pomarańcz 100g	en. 1307,5 kcal, B 105,2 g T 99,5 g W 310,7 g NKT 26,5 g bl. 15,5 g sól 4,4 g cukry 90,3g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g udo kurczące gotowane 90 g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł. 10g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en. 2285,5 kcal, B 115,6 g T 88,8 g W 280,9 g NKT 22,2 g bl. 26,7 g sól 4,9 g cukry 120,6 g
przy niedokrwistościach	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, kasza manna na mleku 2% 250ml, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat	Chleb razowy 80g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70 g	Zupa chłopska 300 ml, pęczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90 g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en. 2810,1 kcal, B 105,3 g T 96,9 g W 108,7 g NKT 28,7 g bl. 39,5 g sól 6,7 g cukry 104,2 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:**en - wartość energetyczna****B - białko ogółem****T - tłuszcz****W - węglowodany ogółem****NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe****bl. - błonnik****Wykaz składników alergicznych: w dn Sobota 23.12.2023**

Mleko (łącznie z laktozą) - kasza manna na mleku, mieszanka płynna, mix tł. masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, ser żółty, kefir

Zboża zawierające gluten - kasza manna na mleku, mieszanka płynna, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, knedle z owocami, polędwica sopocka, serdelek, pasztet wp., marchewka oprószona, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka

konserwowa, udo gotowane w sosie pomidorowym

Seler - zupa chłopska, kapuśniak, polędwica sopocka, serdelek, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa

Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, serdelek, konserwa suwalska, pasztet wp., polędwica sopocka, szynka konserwowa

Gorczyca - polędwica sopocka, serdelek, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa

Jaja - knedle z owocami, placki ziemniaczane

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 topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70 g		Krupnik 300ml, pęczak 160g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z marchewki 150g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, śledź w oleju 80g, ryba po grecku 80g, kapusta z grzybami 100g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml	en. 2791,3 kcal, B 90,7 g T 110,7 g W 324,4 g NKT 24,7 g bł. 30,2 g sól 4,9 g cukry 95,2 g
łatwostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem i bakaliaami 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en. 2334,6 kcal, B 101,5 g T 74,9 g W 302,1 g NKT 28,2 g bł. 27,9 g sól 4,9 g cukry 103,1 g
paperkowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, marchewka gotowana 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en. 2378,3kcal, B 103,2 g T 66,9 g W 309,7 g NKT 28,8 g bł. 29,7 g sól 4,2 g cukry 99,3g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) chleb zw. 60g, pasta jajeczna 30g, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Mus owocowy 1 szt., chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 200ml, kasza pęczak 160g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, gruszka 1 szt.	Barszcz wigilijny 200ml, masło (82%), chleb zw. 60g, szynka z piersi kurczaka, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en. 1320,5 kcal, B 61,9 g T 21,5 g W 189,7 g NKT 14 g bł. 15,2 g sól 2,7 g cukry 90,3 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, marchewka gotowana 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Jak lekkostrawna	en. 2520,3 kcal, B 110,5 g T 68,9 g W 366,4 g NKT 22,6 g bł. 25,9 g sól 4,5 g cukry 120,6g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 90g, masło 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, kapusta z grzybami 100g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en. 2198,7 kcal, B 105,9 g T 59,9 g W 298,9 g NKT 22,9 g bł. 23,9 g sól 3,6 g cukry 99,3 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, masło (82%) 15g, jajko gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Mus owocowy 1 szt., chrupki kukurydziane 30g	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z marchewki 150g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g, gruszka 1 szt.	Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 90g, masło 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, kapusta z grzybami 100g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en. 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł. 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5g	Kefir 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml cukrz bez soli	Barszcz wigilijny 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel b/c 200 ml, pomarańcz 100g	en. 2645,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 268,4 g NKT 21,3 g bł. 39,5 g sól 5,7 g cukry 99,8 g

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, białka z 2 jaj, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane, 1 szt., mix sałat 5 g		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 90g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en. 2296,5 kcal, B 91,4 g T 74,9 g W 323,9 g NKT 20,9 g bl. 25,7 g sól 3,6 g cukry 96,5 g
dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, jajo gotowane 1 szt., hummus 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5g	Sok owocowy 150 ml	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2 szt.	Jak wątrobowa dzieci szynka z piersi kurczaka 30g, ryż z makiem 100g, kisiel 200 ml, pomarańcz 100g	en. 1190,9kcal, B 105,5 g T 99,3 g W 308,6 g NKT 26,3 g bl. 15,5 g sól 4,1 g cukry 90,3 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2 szt.	Barszcz wigilijny 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en.2067,9 kcal, B 105,2g T 68,8 g W 281,4 g NKT 22,5 g bl. 24,9 g sól 3,8 g cukry 108,5 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Chleb razowy 80g, mix tł. 10g, jajko got. 1 szt., papryka 50g	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 120g, mix tł.15g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en. 2766,8 kcal, B 108,9 g T 92,6g W 303,6 g NKT 29,9g bl. 38,8 g sól 6,3 g cukry 102,2g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:**en - wartość energetyczna****B - białko ogółem****T - tłuszcz****W - węglowodany ogółem****NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe****bl. - błonnik****Wykaz składników alergicznych: w dn. Niedziela 24.12.2023**

Mleko (łącznie z laktozą) - makaron na mleku, zupa obiadowa; mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, kopytka z masłem

Zboża zawierające gluten - szczawiowa, kalafiorowa, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa inka z mlekiem, mieszanka mleczna, szynkowa, kopytka z masłem, makaron na mleku

Seler - zupa krupnik, szynkowa, kapusta z grzybami, barszcz wigilijny

Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, deser sojowy

Jaja - jajo gotowane, biszkopty, pasta jajeczna, kopytka z masłem, dorsz w jajku

Ryby - dorsz w jajku, dorsz na parze, ryba w galarecie, śledź z cebulką