

## Poniedziałek 1

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 10g, pasztetowa 50g, jabłko 60g, ketchup 20g, dżem 1szt, miód 1szt		Barszcz zabielały 400ml, ziemniaki 200g, kielbasa gotowana suwalska na kapuście 60/250g, kompot z cukrem 200ml, woda 1,5l, banan 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, twarożek zielony z cebulką, śmietaną i szczypiorem, liść sałaty, 50g, sałatka z łososia 1szt	En 2471kcal B 74,8g T 91,4g W 337,3g NNKT 25,2g błonnik 37,9g sól 6,7g cukry 62g
Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, ser biały z cukrem i cynamonem 50g, dżem 1szt, miód 1szt, jabłko 50g		Barszcz zabielały 400ml, gotowana farszynka indycza 60g w sosie pomidorowym, ziemniaki 200g, surówka z marchewki 120g, kompot z cukrem 200ml, woda 1,5l, banan 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, liść sałaty, sałatka z łososia 1szt	En 2438kcal B 76,8g T 89,9g W 330,4g NNKT 24,8g błonnik 31,2g sól 6,6g cukry 62,9g
Cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, pasztet 1szt, jabłko 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz bez śmietany 400ml, gotowana farszynka indycza 60g w sosie pomidorowym, ziemniaki 200g, surówka z marchewki 120g, Kompot bez cukru 200ml, woda 1,5l, banan 1szt	Chleb razowy 30g Jajko 1szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, liść sałaty, sałatka rybna 1szt	En 2331kcal B 77,8g T 87,4g W 308,3g NNKT 22,2g błonnik 30,8g sól 6,2g cukry 58,8g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, ser biały z cukrem i cynamonem 50g, jabłko 50g, dżem 1szt, miód 1szt,	Sok jabłkowy 150ml	Barszcz bez śmietany 400ml, ziemniaki 200g, gotowana gałka indycza 60g, sur z marchewki 120g, kompot 200ml, woda 1,5l, banan 1szt	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, schab gotowany 50g, sałata liść, jogurt owocowy 1szt	En 2178kcal B 79,1g T 79,5g W 286,5g NNKT 23,1g błonnik 33,7g sól 5,3g cukry 59,7g

### Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- kasza manna na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, pasztetowa, sałatka z łososiem, barszcz czerwony, ryż na mleku, kielbasa suwalska, szynkowa, przysmak suwalski, jogurt owocowy

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, pasztetowa, kielbasa suwalska, sos ogrodowy, przysmak suwalski, sałatka z łososia

Seler-barszcz czerwony, przysmak suwalski, sos ogrodowy, ketchup, kielbasa suwalska, sałatka z łososia

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, konserwa suwalska, sos ogrodowy, kielbasa suwalska, pasztetowa, sałatka z łososia

Gorczyca-konserwa suwalska, sos ogrodowy, kielbasa suwalska, pasztetowa, sałatka z łososia

Jaja- gałka indycza

## Wtorek 1

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Sok owocowy 1l, ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 10g, jajko 1szt, gruszka 60g, pasztet 1szt		Pomidorowa z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, frykadelka indycza smażona 90g, sur. z kiszanej kapusty 120g, kompot z cukrem 200ml, mus owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, pasta twarogowo-chrzanowa 50g, ogórek 60g, dżem 1szt, miód 1szt	En 2288kcal B 87,6g T 84,9g W 293,4g NNKT 21,4g błonnik 33,4g sól 6,1g cukry 77g
Lekkostrawna	Sok owocowy 1l, ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, blok mielony 50g, jabłko 50g, pasztet 1szt		Pomidorowa z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowana frykadelka indycza w sosie 60g, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120g, kompot z cukrem 200ml, mus owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, ser biały 50g, ogórek 50g, dżem 1szt, miód 1szt	En 2215kcal B 88,3g T 81,7g W 281,6g NNKT 22,7g błonnik 35,9g sól 6,2g cukry 74g
Cukrzycowa	Sok pomidorowy 1l, ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, blok mielony 50g, jabłko 50g, pasztet 1szt	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa bez śmietany z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowana frykadelka indycza w sosie 60g, sur. z kiszanej kapusty 120g, kompot z cukrem 200ml, mus owocowy 1szt	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztet 50g, ogórek 50g, kefir 1szt	En 2218kcal B 87,4g T 81,3g W 284,2g NNKT 24,4g błonnik 33,1g sól 6,5g cukry 78g
Bezglutenowa	Sok owocowy 1l, ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, kurczak gotowany, jabłko 50g, miód 1szt, dżem 1szt,	Wafle ryżowe 2szt	Ziemniaczana 400ml, Ziemniaki 200g, gotowana gałka drobiowa 60g, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120g, kompot 200ml, mus owocowy 1szt	Napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, ser biały 50g, ogórek 50g, dżem 1szt, miód 1szt	En 2099kcal B 86,7g T 81,4g W 254,9g NNKT 25,7g błonnik 32,1g sól 6,2g cukry 51,4g

### Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, konserwa suwalska, ser biały, barszcz czerwony, ryż na mleku, pomidorowa z makaronem, pasztet, kefir, pasta twarogowo-chrzanowa

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna, pieczywo, kawa zbożowa, konserwa suwalska, farszynka indycza, sos ogrodowy, pomidorowa z makaronem, blok mielony, pasztet

Seler-pomidorowa, pasztet, sos ogrodowy, blok mielony,

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, pasztet sojowy, sos ogrodowy, blok mielony, pasztet

Gorzycza-śledzik na raz, sos ogrodowy, blok mielony, pasztet

Jaja- frykadelka indycza, gałka indycza, jajko,

## Środa 1

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Makaron na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 10g, szynkowa 50g, jabłko 50g, pasztet sojowy 1szt		Ogórkowa 400ml, pęczak 160g, smażony kotlet mielony wp. 90G, sur z białej kapusty z musztardą 120g, kompot z cukrem 200ml, gruszka 1szt, woda 1,5l		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g serek topiony 50g, liść sałaty, jogurt owocowy 1szt	En 2377kcal B 89,1g T 88,7g W 305,6g NNKT 24,5g błonnik 34,2g sól 6,5g cukry 58,9g
Lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, szynkowa 50g, liść sałaty, pasztet sojowy 1szt		Krupnik 400ml, gotowany pulpet indyczy w sosie własny 60g, pęczak 160g, buraczki 120g, kompot z cukrem 200ml, gruszka 1szt, woda 1,5l		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g konserwa suwalska 50g, jabłko 50g, jogurt owocowy 1szt	En 2369kcal B 82,5g T 86,6g W 304,9g NNKT 23,1g błonnik 35,7g sól 6,3g cukry 57,5g
Cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, serdelek 50g, liść sałaty, pasztet sojowy 1szt	Wafle ryżowe 2szt	Krupnik 400ml, gotowany pulpet indyczy w sosie własny 60g, pęczak 160g, buraczki 120g, kompot bez cukru 200ml, gruszka 1szt, woda 1,5l	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, jabłko 50g, jogurt naturalny 1szt.	En 2329kcal B 81,2g T 85,6 g W 308,4g NNKT 22,8g błonnik 34,6g sól 6,2g cukry 56,3g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, mus owocowy 1szt	Sok owocowy 150ml	Ziemniaczana 400ml, Ziemniaki 200g, gotowana gałka drobiowa 60g, buraczki 120g, kompot 200ml, gruszka 1szt, woda 1,5l	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tł. 10g, jajko 1szt, jabłko 50g, jogurt owocowy 1szt	En 2221kcal B 75,2g T 81,4g W 296,9g NNKT 22,6g błonnik 21,9g sól 5,6g cukier 58,2g

### Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- makaron na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, konserwa suwalska, ser biały, serek topiony ,ogórkowa, ryż na mleku, pasztet sojowy, jogurt owocowy  
 Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, kasza jęczmienna pęczak, pieczywo, kawa zbożowa, kotlet mielony, pulpet indyczy w sosie własnym, pasztet sojowy, sos ogrodowy, szynkowa  
 Seler-ogórkowa, ziemniaczana, konserwa suwalska, sos ogrodowy, szynkowa, pasztet sojowy  
 Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, konserwa suwalska, sos ogrodowy, szynkowa pasztet sojowy  
 Gorczyca-konserwa suwalska, sos ogrodowy, sur z kapusty, paprykarz warzywny, szynkowa, pasztet sojowy  
 Jaja- kotlet mielony, pulpet indyczy, gałka drobiowa, jajko

## Czwartek 1

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 10g, serdelek 70g, pomarańcza 60g, sałatka z makreli 1szt		Zupa chłopska 400ml, gotowany makaron z serem, cukrem i śmietaną na zimno 160g, jabłko 120g, kompot z cukrem 200ml, sok tymbark warzywny 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt, pasta buraczkowo-twarogowa 50g, miód 1szt, dżem 1szt	En 2301 kcal B 92,5g T 90,3g W 279,6g NNKT 25,3g błonnik 34,8g sól 6,3g cukry 55,9g
Lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, szynkowa 50g, pomarańcza 50g, sałatka z makreli 1szt		Zupa chłopska 400ml, gotowany makaron z serem, cukrem i śmietaną na zimno 160g, jabłko 120g, kompot z cukrem 200ml, sok tymbark warzywny 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, miód 1szt, dżem 1szt	En 2277 kcal B 89,9g T 89,7g W 277,5g NNKT 27,1g błonnik 33,7g sól 6,2g cukry 52,9g
Cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, pomidor 50g, sałatka z makreli 1szt	Chleb razowy 30g szynkowa 20g	Zupa chłopska bez śmietany 400ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 50g, surówka z kapusty kiszonej 120g, kompot bez cukru 200ml, sok tymbark warzywny 1szt	Wafle ryżowe 2szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, pasztet 1szt	En 2252 kcal B 87,9g T 88,4g W 271,6g NNKT 26,4g błonnik 32,3g sól 6,2g cukry 54,5g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, ser biały 50g, pomarańcza 50g, mus owocowy 1szt	Sok owocowy 150ml	Ziemniaczana 400ml, Ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surówka z kapusty kiszonej 120g, kompot 200ml, sok tymbark warzywny 1szt	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt, miód 1szt, dżem 1szt	En 2271 kcal B 81,6g T 82,4g W 300,7g NNKT 21,5g błonnik 33,7g sól 6,2g cukry 53,1g

### Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- kasza jęczmienna na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, serdelek, ser biały, jogurt owocowy, chłopska, ryż na mleku, pasta twarogowo-buraczana, przysmak suwalski, szynkowa, sałatka z makreli

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, zupa chłopska, makaron z serem, pieczywo, kawa zbożowa, sos ogrodowy, przysmak suwalski, sałatka z makreli, pasztet

Seler- zupa chłopska, przysmak suwalski, sos ogrodowy, ziemniaczana, serdelek, sałatka z makreli, sok tymbark warzywny, pasztet

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, serdelek, sos ogrodowy, sałatka z makreli,

Gorzycyca- sos ogrodowy, sałatka z łososia, serdelek, szynkowa, sałatka z makreli, pasztet

Jaja- jajko, przysmak suwalski, makaron z serem, serdelek

## Piątek 1

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 10g, ser topiony 50g, jabłko 60g, sałatka jarzynowa 1szt		Kalafiorowa 400ml, kasza jęczmienna 160g, smażony burger rybny 1szt, sur. z czerwonej kapusty 120g, kompot 200ml, banan 1szt, woda 1,5l		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, rzepa 60g, serek twój smak 1szt	En 2495kcal B 118,5g T 84,5g W 315,1g NNKT 25,5g błonnik 32,8g sól 6,7g cukry 58,9g
Lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, jajko 1szt, jabłko 50g, sałatka jarzynowa 1szt		Kalafiorowa 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany klopsik rybny w sosie pietruszkowym 60g, marchewka oprószana 120g, kompot 200ml, banan 1szt, woda 1,5l		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, serek twój smak 1szt	En 2391 kcal B 110,9g T 79,8g W 307,3 g NNKT 25,6g błonnik 31,5g sól 6,6g cukry 22,5g
Cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajko 1szt, sałata liść, sałatka jarzynowa 1szt	Kalafior gotowany 100g	Kalafiorowa bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany klopsik rybny w sosie pietruszkowym 60g, sur. Z czerwonej kapusty 120g kompot bez cukru 200ml, banan 1szt, woda 1,5l	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, serek twój smak 1szt	En 2355kcal B 108,5g T 78,9g W 302,7g NNKT 25,1g błonnik 30,5g sól 6,2g cukry 55,6g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, jajko 1szt, jabłko 50g, dżem 1szt, miód 1szt	Kalafior gotowany 100g	Kalafiorowa 400ml, ziemniaki 200g, kurczak gotowany 60g, sur. z czerwonej kapusty 120g, kompot 200ml, banan 1szt, woda 1,5l	Wafle ryżowe 2szt	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tł. 10g, ser biały 50g, serek twój smak 1szt	En 2039kcal B 81,5g T 72,2g W 266,2g NNKT 19,5g błonnik 28,1g sól 5,4g cukry 56,5g

### Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- kalafiorowa, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser topiony, ser biały, rzepa, ryż na mleku, serek twój smak, szynkowa

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna pęczak, pieczywo, kawa zbożowa, burger rybny, klopsik rybny, szynkowa, sos ogrodowy

Seler-kalafiorowa, szynkowa, sos ogrodowy

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, sos ogrodowy, śledzik naraz, szynkowa

Gorzyczka-serek twój smak, sos ogrodowy, śledzik na raz

Jaja- jajko, burger rybny, klopsik rybny

## Sobota 1

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 10g, krakowska 50g, jabłko 60g, sałatka rybna 1szt		Zupa z zielonego groszku 400ml, ziemniaki 200g, smażony klopsik indyczy w sosie musztardowym 90g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml, podplomyki owsiane 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, mortadela 50g, marchew z olejem 60g, dżem x2	En 2172kcal B 91,1g T 89,4g W 250,7g NNKT 25,4g błonnik 32,4g sól 6,2g cukry 56,2g
Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 400ml 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, serdelek 1szt, jabłko 50g, sałatka rybna 1szt		Zupa z zielonego groszku 400ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie pomidorowym 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml, podplomyki owsiane 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, marchew z olejem 60g, dżem x 2	En 2152kcal B 90,3g T 89,5g W 246,3g NNKT 24,8g błonnik 31,7g sól 6,3g cukry 53,4g
Cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, serdelek 1szt, jabłko 50g, sałatka rybna 1szt	Fasolka gotowana 150g	Zupa z zielonego groszku bez śmietany 400ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie pomidorowym 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel bez cukru 200ml, podplomyki owsiane bez cukru 1szt	Jogurt naturalny 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, pomidor 50g, paszтет 1szt	En 2188kcal B 91,7g T 92,4g W 247,4g NNKT 23,5g błonnik 33,5g sól 6,2g cukry 54,3g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, miż tł. 10g, pasta z kurczaka gotowana 50g, jabłko 50g, mus owocowy 1szt	Chrupki kukurydziane	Zupa z zielonego groszku bez śmietany 400ml, ziemniaki 200g, gotowana gałka mięsna 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml, mus owocowy 1szt	Napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, ser biały półtusty 50g, marchew z olejem 50g, dżem x2	En 2125kcal B 82,5g T 72,1g W 294,3g NNKT 22,3g błonnik 29,7g sól 5,7g cukry 56,2g

### Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- płatki owsiane na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, mortadela, ser biały, sałatka warzywna, zupa z zielonego groszku, ryż na mleku, jogurt naturalny, konserwa suwalska, serdelek, krakowska, sałatka rybna, podplomyki

Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, konserwa suwalska, klopsik indyczy, pulpet indyczy w sosie własnym, konserwa suwalska, serdelek, krakowska, sos ogrodowy, mortadela, sałatka rybna, paszтет, podplomyki

Seler-Zupa z zielonego groszku, konserwa suwalska, serdelek, krakowska, sos ogrodowy, mortadela, sałatka rybna

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, konserwa suwalska, sos ogrodowy, serdelek, krakowska, sałatka rybna

Gorczyca-konserwa suwalska, sos ogrodowy, mortadela, sałatka warzywna, serdelek, krakowska Jaja- klopsik indyczy, pulpet indyczy w sosie własnym, gałka mięsna, podplomyki

## Niedziela 1

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix 10g, twarożek z papryką i ziołami 50g, jabłko 60g, ser topiony		Rosół z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, sznycel z kurczaka panierowany, smażony 90g, sur z kap. pekińskiej 120g, kisiel 200ml, mus owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 90g,, mix tł.10g, szynkowa 50g, sałatka jarzynowa 50g, jogurt owocowy 1szt	En 2428kcal B 97,6g T 91,8g W 302,8g NNKT 21,7g błonnik 35,3g sól 6,4g cukry 52,3g
Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix 10g, twarożek ze śmietaną i cukrem 50g, jabłko 50g, ser topiony		Rosół z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, filec gotowany w sosie 60g, sur z kap. pekińskiej 120g, kisiel 200ml, mus owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 90g,, mix tł.10g, szynkowa 50g, liść sałaty, jogurt owocowy 1szt	En 2399kcal B 99,3g T 88,7g W 300,8g NNKT 21,3g błonnik 34,7g sól 6,3g cukry 51,3g
Cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt., jabłko 50g, ser topiony	Chrupki kukurydziane 20g	Rosół z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, filec gotowany w sosie 60g, sur z kap. pekińskiej 120g kisiel bez cukru 200ml, mus owocowy 1szt	Wafle ryżowe 2szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, sałatka jarzynowa 50g, kefir 1szt	En 2385kcal B 92,8g T 72,9g W 339,4g NNKT 23,1g błonnik 34,6g sól 6,3g cukry 50,7g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, twarożek z mlekiem 50g, jabłko 50g, ser topiony	Sok owocowy 150ml	Ziemniaczana bez śmietany 400ml, ziemniaki 200g, filec gotowany 60g, sur z kap. pekińskiej 120g kisiel 200ml, mus owocowy 1szt	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, schab gotowany 50g, liść sałaty, jogurt owocowy 1szt	En 2222kcal B 77,2g T 85,8g W 285,2g NNKT 18,7g błonnik 18,4g sól 6,2g cukry 48,9g

### Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- kasza manna mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, konserwa suwalska, ser biały, serek wiejski, barszcz czerwony, ryż na mleku, szynkowa, pasztet, twarożek, jogurt owocowy, kefir, ser topiony

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, szynkowa, sznycel z kurczaka, filec gotowany w sosie własnym, szynkowa, sos ogrodowy, szynkowa, pasztet, rosół Seler-rosół, ziemniaczana, sos ogrodowy, sałatka jarzynowa, pasztet drobiowy Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, sos ogrodowy, pasztet drobiowy, sałatka jarzynowa, szynkowa Gorczyca- konserwa suwalska, sos ogrodowy, kielbasa suwalska Jaja- sznycel z kurczaka, filec gotowany w sosie, jajko, sałatka jarzynowa