

Poniedziałek 5.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dodatkowy posiłek	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, pasztetowa 70g, ogórek 80g, paprykarz z łososia 1szt		Barszcz zabieleny 400ml, ziemniaki 200g, gotowana kielbasa suwalska na kapuście 90/250g, kompot z cukrem 200ml, woda 11szt, mus owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, twarożek zielony z cebulką, śmietaną i szczypiorem 70g, pomidor 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Kabanosy wp 1szt	Energia 3003kcal Białko 108,9g Tłuszcz 95,3g Węglowodany 427,4g Nasycone kw. Tł 32,8g Błonnik 38,2g Sól 5,8g Cukry 74,5g
Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, ser biały z cukrem i cynamonem 70g, ogórek 80g, paprykarz z łososia 1szt		Barszcz zabieleny 400ml, gotowana farszynka indycza 90g w sosie pomidorowym, ziemniaki 200g, surówka z marchewki 150g, kompot z cukrem 200ml, woda 1szt, mus owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g przysmak suwalski 70g, pomidor 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Kabanosy wp 1szt	Energia 2924,2kcal Białko 113,5g Tłuszcz 82,3g Węglowodany 432,4g Nasycone kw. Tł 35,7g Błonnik 33,8g Sól 5,9g Cukry 77,9g
Cukrzycowa	Kasza manna na bulionie warzywno- mięsny 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix 15g, szynkowa 70g, ogórek 80g, paprykarz z łososia 1szt	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz bez śmietany 400ml, gotowana farszynka indycza 90g w sosie pomidorowym, ziemniaki 200g, surówka z marchewki 150g, Kompot bez cukru 200ml, woda 1szt, mus owocowy 1szt	Chleb razowy 30g Jajko 1szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix 15g, przysmak suwalski 70g, pomidor 80g, pasztet 1szt	Kabanosy wp 1szt	Energia 2985kcal Białko 115,1g Tłuszcz 85,1g Węglowodany 439,7g Nasycone kw. Tł 35,8g Błonnik 34,1g Sól 5,8g Cukry 75,4g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix 15g, ser biały z cukrem i cynamonem 70g, jabłko 80g, 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, mus owocowy 1szt	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix 15g, schab gotowany 70g, sałata liść, jogurt owocowy 1szt	Kabanosy wp 1szt	Energia 2830kcal Białko 100,2g Tłuszcz 81,7g Węglowodany 423,5g Nasycone kw. Tł 32,3g Błonnik 34,8g Sól 6,1g Cukry 75,8g

**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, Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, pasztetowa, kielbasa suwalska, sos ogrodowy, przysmak suwalski, paprykarz z łososia  
 Seler-barszcz czerwony, przysmak suwalski, sos ogrodowy, kielbasa suwalska, paprykarz z łososia, pasztetowa  
 Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, konserwa suwalska, sos ogrodowy, kielbasa suwalska, pasztetowa, paprykarz z łososia  
 Gorczyca-konserwa suwalska, sos ogrodowy, kielbasa suwalska, pasztetowa, paprykarz z łososia  
 Jaja- gałka indycza, farszynka

Wtorek 6.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dodatkowy posiłek	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, jajko 1szt, gruszka 80g, szynka wp 1szt		Pomidorowa z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, frykadelka indycza smażona 90g, sur. z kiszzonej kapusty 150g, kompot z cukrem 200ml, sok owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 70g, ogórek 80g, serek topiony 2 rozki	Jogurt truskawkowy z owsianą 1szt	Energia 2910 kcal Białko 113g Tłuszcz 88g Węglowodany 416,5g Nasycone kw. Tł 31,5g Błonnik 32,5g Sól 5,9g Cukry 70,5g
Lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, blok mielony 70g, jabłko 80g, szynka wp 1szt		Pomidorowa z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowana frykadelka indycza w sosie 90g, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150g, kompot z cukrem 200ml, sok owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, ser biały 70g, ogórek 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Jogurt truskawkowy z owsianą 1szt	Energia 2815,1kcal Białko 110,1g Tłuszcz 84g Węglowodany 404,7g Nasycone kw. Tł 23,1g Błonnik 35,1g Sól 5,9g Cukry 68,2g
Cukrzycowa	Ryż na bulionie warzywno-mięsny 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, blok mielony 70g, ogórek kiszony 80g, szynka wp 1szt	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa bez śmietany z makaronem 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowana frykadelka indycza w sosie 90g, sur. z kiszzonej kapusty 150g, kompot z cukrem 200ml, sok owocowy 1szt	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix 15g, pasztet 70g, ogórek 80g, pasztet dr 1szt	Jogurt z owsianką 1szt	Energia 2815,5kcal Białko 108,7 g Tłuszcz 86,5g Węglowodany 399,5g Nasycone kw. Tł 27,9g Błonnik 33,5g Sól 6,1g Cukry 65,9g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix 15g, kurczak gotowany 70g, jabłko 80g, miód 1szt, dżem 1szt,	Wafle ryżowe 2szt	Ziemniaczana 400ml, Ziemniaki 200g, gotowana gałka drobiowa 90g, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150g, kompot 200ml, sok owocowy 1szt	Napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix 15g, ser biały 70g, ogórek 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Mus owocowy 1szt	Energia 2710kcal Białko 99,1g Tłuszcz 76,5g Węglowodany 406,3g Nasycone kw. Tł 26,1g Błonnik 32,1g Sól 5,8g Cukry 75,7g

**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, jogurt truskawkowy z owsianką, jogurt z owsianką

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, sos ogrodowy, blok mielony, pasztet, pasztet dr

Gorzycza-śledzik na raz, sos ogrodowy, blok mielony, pasztet Jaja- frykadelka indycza, gałka indycza, jajko,

Środa 7.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dodatkowy posiłek	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Makaron na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, szynkowa 70g, jabłko 80g, ser topiony 2szt		Ogórkowa 400ml, pęczak 160g, smażony kotlet mielony wp. 90G, sur z białej kapusty z musztardą 150g, kompot z cukrem 200ml, mus owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g serek topiony 70g, liść sałaty, banan 50g dżem 1szt, miód 1szt	Jogurt owocowy 1szt	Energia 2790kcal Białko 85,3g Tłuszcz 95,2 g Węglowodany 398g Nasycone kw. Tł 29,5g Błonnik 37,9g Sól 5,3g Cukry 69,1g
Lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynkowa 70g, liść sałaty, ser topiony 2szt		Krupnik 400ml, gotowany pulpet indyczy w sosie własny 90g, pęczak 160g, buraczki 150g, kompot z cukrem 200ml, mus owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.10g konserwa suwalska 70g, liść sałaty, banan 50g,dżem 1szt, miód 1szt	Jogurt owocowy 1szt	Energia 2715kcal Białko 86,1g Tłuszcz 92,1 g Węglowodany 385,4g Nasycone kw. Tł 29,3g Błonnik 34,8g Sól 5,4g Cukry 69,5g
Cukrzycowa	Makaron na bulionie warzywno- mięsny 300ml, Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, szynkowa 70g, pomidor 70g, ser topiony 2szt	Wafle ryżowe 2szt	Krupnik 400ml, gotowany pulpet indyczy w sosie własny 90g, pęczak 160g, buraczki 150g, kompot bez cukru 200ml, mus owocowy 1szt	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, konserwa suwalska 70g, ogórek 50g, liść sałaty, pasztet dr 1szt	Jogurt naturalny 1szt	Energia 2759kcal Białko 88,1g Tłuszcz 91,5g Węglowodany 395,8g Nasycone kw. Tł 28,4g Błonnik 37,1g Sól 5,5g Cukry 65,8g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3 szt, mix tł. 15g, ser biały półtusty 70g, ser topiony 2szt	Sok owocowy 150ml	Ziemniaczana 400ml, Ziemniaki 200g, gotowana gałka drobiowa 60g, buraczki 120g, kompot 200ml, mus owocowy 1szt	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, jajko 1szt, liść sałaty, banan 50g,dżem 1szt, miód 1szt	Jogurt owocowy 1szt	Energia 2697kcal Białko 84,9g Tłuszcz 80,7g Węglowodany 408g Nasycone kw. Tł 26,3g Błonnik 35,3g Sól 5,6g Cukry 67,3g

**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, jogurt naturalny, ser topiony

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 8.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dodatkowy posiłek	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, serdelek 70g, pomarańcza 80g, sałatka rybna 1szt		Zupa chłopska 400ml, gotowany makaron z serem, cukrem i śmietaną na zimno 200g, jabłko 150g, kompot z cukrem 200ml, pączek 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, jajko gotowane 1szt, pasta buraczkowo-twarogowa 50g, pasztet 1szt	Serek wiejski 1szt	Energia 3098kcal Białko 109,3g Tłuszcz 118g Węglowodany 399,7g Nasycone kw. Tł 31,5g Błonnik 37,8g Sól 6,2g Cukry 77,8g
Lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynkowa 70g, pomarańcza 80g, sałatka rybna 1szt		Zupa chłopska 400ml, gotowany makaron z serem, cukrem i śmietaną na zimno 200g, jabłko 150g, kompot z cukrem 200ml, pączek 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, przysmak suwalski 70g, pasztet 1szt, pomidor 80g	Serek wiejski 1szt	Energia 3025kcal Białko 104,1g Tłuszcz 114,8g Węglowodany g Nasycone kw. Tł 25,9g Błonnik 36,1g Sól 6,1g Cukry 70,9g
Cukrzycowa	Kasza jęczmienna na bulionie warzywno-mięsny 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, szynkowa 70g, pomidor 80g, sałatka rybna 1szt	Chleb razowy 30g szynkowa 20g	Zupa chłopska bez śmietany 400ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 90g, surówka z kapusty kiszonej 150g, kompot bez cukru 200ml, 2 szt mandarynki	Wafle ryżowe 2szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, przysmak suwalski 70g, pasztet dr 1szt, pomidor 80g	Serek wiejski 1szt	Energia 2997kcal Białko 106,9g Tłuszcz 105,2g Węglowodany 405,6g Nasycone kw. Tł 27,9g Błonnik 39,1g Sól 6,3g Cukry 70,9g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, ser biały 70g, pomarańcza 80g, mus owocowy 1szt	Sok owocowy 150ml	Ziemniaczana 400ml, Ziemniaki 200g, schab gotowany 90g, surówka z kapusty kiszonej 150g, kompot 200ml, mandarynki 2szt	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt, pasta buraczano-twarogowa 80g, miód 1szt, dżem 1szt,	Serek wiejski 1szt	Energia 2751kcal Białko 100,1g Tłuszcz 100,5g Węglowodany 361,5g Nasycone kw. Tł 26,2g Błonnik 37,2g Sól 6,2g Cukry 75,2g

**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 rybna, serek wiejski, pączek

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

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

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

Gorczyca- sos ogrodowy, sałatka z łososia, serdelek, szynkowa, sałatka rybna, pasztet

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

Piątek 9.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dodatkowy posiłek	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, ser topiony 70g, jabłko 80g, serek twój smak 1szt		Kalafiorowa 400ml, kasza jęczmienna 160g, smażony burger rybny 90g, sur. z czerwonej kapusty 150g, kompot 200ml, mus owocowy 1szt, woda 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, ser biały półtłusty 70g, rzepa 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Śledzik naraz 1szt	Energia 2998,1kcal Białko 106,4g Tłuszcz 116,5g Węglowodany 381g Nasycone kw. Tł 31,7g Błonnik 44,2g Sól 6,3g Cukry 75,4g
Lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, jajko 1szt, jabłko 80g, serek twój smak 1szt		Kalafiorowa 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany klopsik rybny w sosie pietruszkowym 90g, marchewka oprószana 150g, kompot 200ml, mus owocowy 1szt, woda 1,5l		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, ser biały półtłusty 70g, pomidor 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Śledzik naraz 1szt	Energia 2912kcal Białko 103,1g Tłuszcz 107,7g Węglowodany 382,6g Nasycone kw. Tł 31,4g Błonnik 40,3g Sól 6,3g Cukry 71,9g
Cukrzycowa	Ryż na bulionie warzywno-mięsny 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajko 1szt, sałata liść, serek twój smak 1szt	Kalafior gotowany 100g	Kalafiorowa bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany klopsik rybny w sosie pietruszkowym 90g, sur. Z czerwonej kapusty 150g kompot bez cukru 200ml, mus owocowy 1szt, woda 1,5l	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, szynkowa 70g, pomidor 80g, pasztet dr 1szt	Śledzik naraz 1szt	Energia 2928 kcal Białko 102,1g Tłuszcz 108,5 g Węglowodany 385,8g Nasycone kw. Tł 32,6g Błonnik 40,6g Sól 6,3g Cukry 70,1g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, jajko 1szt, jabłko 80g, serek twój smak 1szt	Kalafior gotowany 100g	Kalafiorowa 400ml, ziemniaki 200g, kurczak gotowany 90g, sur. z czerwonej kapusty 150g, kompot 200ml, mus owocowy 1szt, woda 1,5l	Wafle ryżowe 2szt	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tł. 10g, ser biały 70g, pomidor 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Śledzik naraz 1szt	Energia 2758 kcal Białko 99,1g Tłuszcz 101,9g Węglowodany 361,1g Nasycone kw. Tł 30,1g Błonnik 38,1g Sól 6,2g Cukry 76,6g

**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, pasztet  
 Seler-kalafiorowa, szynkowa , sos ogrodowy, śledzik na raz  
 Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, sos ogrodowy, śledzik naraz, szynkowa  
 Gorczyca-serek twój smak, sos ogrodowy, śledzik naraz, pasztet  
 Jaja- jajko, burger rybny, klopsik rybny

Sobota 10.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dodatkowy posiłek	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, krakowska 70g, mandarynka 80g, ser topiony 1szt		Rosół z makaronem 400ml, ziemniaki 200g, smażony klopsik indyczy w sosie musztardowym 90g, buraczki z jabłkiem 150g, kisiel 200ml, podplomyki owsiane 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, konserwa suwalska 70g, marchew z olejem 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Mus jogurtowo-owocowy 1szt	Energia 3025 kcal Białko 108,4g Tłuszcz 109,7g Węglowodany 401g Nasycone kw. Tł 32,8g Błonnik 37g Sól 6,5g Cukry 77,1g
Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, serdelek 70g, jabłko 50g, ser topiony 1szt		Rosół z makaronem 400ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie pomidorowym 90g, buraczki z jabłkiem 150g, kisiel 200ml, podplomyki owsiane 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, konserwa suwalska 70g, marchew z olejem 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Mus jogurtowo-owocowy 1szt	Energia 2988 kcal Białko 105,1g Tłuszcz 110,5g Węglowodany 393,3g Nasycone kw. Tł 34,2g Błonnik 35,9g Sól 6,4g Cukry 76,8g
Cukrzycowa	Płatki owsiane na bulionie warzywno- mięsny 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, serdelek 70g, pomidor 80g, ser topiony 1szt	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 400ml ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie pomidorowym 90g, buraczki z jabłkiem 150g, kisiel bez cukru 200ml, podplomyki owsiane bez cukru 1szt	Jogurt naturalny 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, konserwa suwalska 70g, pomidor 80g, paszтет dr 1szt	Mus jogurtowo-owocowy 1szt	Energia 3011kcal Białko 107,9g Tłuszcz 111,9g Węglowodany 393,1g Nasycone kw. Tł 35,1g Błonnik 40,1g Sól 6,7g Cukry 70,1g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, miż tł. 10g, pasta z kurczaka gotowana 70g, jabłko 80g, ser topiony 1szt	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 400ml, ziemniaki 200g, gotowana gałka mięsna 90g, buraczki z jabłkiem 150g, kisiel 200ml, mus owocowy 1szt	sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, ser biały półtusty 50g, marchew z olejem 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Mus jogurtowo-owocowy 1szt	Energia 2812 kcal Białko 99,5g Tłuszcz 95,7g Węglowodany 388,2g Nasycone kw. Tł 32,5g Błonnik 37,6g Sól 6,3g Cukry 75,8g

**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, mus jogurtowo-owocowy, ser topiony

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 11.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	2 śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dodatkowy posiłek	Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza
Ogólna	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix 15g, twarożek z papryką i ziołami 70g, jabłko 80g, pikantna sałatka z łososia 1szt		Zupa z zielonego groszku 400ml, kasza jęczmienna 160g, sznycel z kurczaka panierowany, smażony 90g, sur z kap. pekińskiej 150g, kisiel 200ml, mus owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 90g,, mix tł.15g, szynkowa 70g, sałatka jarzynowa 80g, dżem 1szt, miód 1szt	Jogurt owocowy 1szt	Energia 2830kcal Białko 99,6g Tłuszcz 90,4g Węglowodany 404,5g Nasycone kw. Tł 28,7g Błonnik 40,8g Sól 6,4g Cukry 68,5g
Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix 15g, twarożek ze śmietaną i cukrem 70g, jabłko 80g, pikantna sałatka z łososia 1szt		Zupa z zielonego groszku 400ml,, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 90g, sur z kap. pekińskiej 150g, kisiel 200ml, mus owocowy 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 90g,, mix tł.15g, szynkowa 70g, pomidor 50g, liść sałaty, dżem 1szt, miód 1szt	Jogurt owocowy 1szt	Energia 2799 kcal Białko 98,7g Tłuszcz 86,8g Węglowodany 405,7g Nasycone kw. Tł 28,5g Błonnik 35,3g Sól 6,1g Cukry 62,8g
Cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt., jabłko 50g, pikantna sałatka z łososia 1szt	Chleb razowy 30g szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 90g, sur z kap. pekińskiej 150g kisiel bez cukru 200ml, mus owocowy 1szt	Wafle ryżowe 2szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł.15g, szynkowa 70g, sałatka jarzynowa 80g, pasztet dr 1szt	Jogurt naturalny 1szt	Energia 2912kcal Białko 105,5g Tłuszcz 89,2g Węglowodany 421,8g Nasycone kw. Tł 30,5g Błonnik 39,9g Sól 6,3g Cukry 70,8g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, twarożek z mlekiem 50g, jabłko 50g, dżem x2	Sok owocowy 200 ml	Zupa z zielonego groszku 400ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60g, sur z kap. pekińskiej 120g kisiel 200ml, mus owocowy 1szt	Sok owocowy 200 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, schab gotowany 70g, liść sałaty, pomidor 50g, dżem x2	Jogurt owocowy 1szt	Energia 2725 kcal Białko 95,7g Tłuszcz 88g Węglowodany 387,5g Nasycone kw. Tł 27,8g Błonnik 37,8g Sól 6,2g Cukry 75,7g

**Wykaz alergenów:**

Mleko (łącznie z laktozą)- kasza manna mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, konserwa suwalska, ser biały, barszcz czerwony, ryż na mleku, szynkowa, twarożek, jogurt owocowy, jogurt naturalny  
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, szynkowa, sznycel z kurczaka, filet gotowany w sosie własnym, szynkowa, sos ogrodowy, szynkowa, pikantna sałatka z łososia, rosół

Seler-rosół, ziemniaczana, sos ogrodowy, sałatka jarzynowa, pasztet drobiowy Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, sos ogrodowy, pasztet drobiowy, sałatka jarzynowa, szynkowa pikantna sałatka z łososia Gorczyca-konserwa suwalska, sos ogrodowy, kielbasa suwalska Jaja- sznycel z kurczaka, filet gotowany w sosie, jajko, sałatka jarzynowa