

Poniedziałek 19.02.2024

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, serek topiony 1szt		Barszcz zabieleny 400ml, ziemniaki 200g, gotowana kiełbasa suwalska na kapuście 90/250g, kompot z cukrem 200ml, woda 1szt, banan 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 3015kcal Białko 101g Tłuszcz 108,8g Węglowodany 408g Nasycone kw. Tł 33,9g Błonnik 38,5g Sól 5,9g 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, serek topiony 1szt		Barszcz zabieleny 400ml, gotowana farszynka indycza 90g w sosie pomidorowym, ziemniaki 200g, surówka z marchewki 150g, kompot z cukrem 200ml, woda 1szt, banan 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 2954kcal Białko 105g Tłuszcz 106,1g Węglowodany 394,8g Nasycone kw. Tł 32,1g Błonnik 34,8g 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, serek topiony 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, banan 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 2989kcal Białko 110,2g Tłuszcz 109,1g Węglowodany 391,6g Nasycone kw. Tł 35,9g 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 1szt, banan 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, kiełbasa suwalska, szynkowa, przysmak suwalski, Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, pasztetowa, kiełbasa suwalska, sos ogrodowy, przysmak suwalski, paprykarz z łososia  
 Seler-barszcz czerwony, przysmak suwalski, sos ogrodowy, kiełbasa suwalska, paprykarz z łososia, pasztetowa  
 Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, konserwa suwalska, sos ogrodowy, kiełbasa suwalska, pasztetowa, paprykarz z łososia  
 Gorczyca-konserwa suwalska, sos ogrodowy, kiełbasa suwalska, pasztetowa, paprykarz z łososia  
 Jaja- gałka indycza, farszynka

Wtorek 20.02.2024

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 kiszonej 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 kiszonej 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 21.02.2024

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, sałatka jarzynowa 1szt		Ogórkowa 400ml, pęczak 160g, smażony kotlet mielony wp. 90G, sur z białej kapusty z musztardą 150g, kompot z cukrem 200ml, sok wielowarzywny 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, pieczywo chrupkie 1szt	Jogurt owocowy 1szt	Energia 2980kcal Białko 92,8g Tłuszcz 100,4g Węglowodany 426,3g Nasycone kw. Tł 30,1g Błonnik 39,1g Sól 5,4g Cukry 70,1g
Lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynkowa 70g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 1szt		Krupnik 400ml, gotowany pulpet indyczy w sosie własny 90g, pęczak 160g, buraczki 150g, kompot z cukrem 200ml, sok wielowarzywny 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, pieczywo chrupkie 1szt	Jogurt owocowy 1szt	Energia 2918kcal Białko 91,8g Tłuszcz 101,2 g Węglowodany 410g Nasycone kw. Tł 29,4g Błonnik 37,8g Sól 5,5g Cukry 69,5g
Cukrzycowa	Makaron na bulionie warzywno- mięsnym 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 15g, szynkowa 70g, pomidor 70g, sałatka jarzynowa 1szt	Wafle ryżowe 2szt	Krupnik 400ml, gotowany pulpet indyczy w sosie własny 90g, pęczak 160g, buraczki 150g, kompot bez cukru 200ml, sok wielowarzywny 1szt	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, konserwa suwalska 70g, ogórek 50g, liść sałaty, pieczywo chrupkie 1szt	Jogurt naturalny 1szt	Energia 2958kcal Białko 92g Tłuszcz 101g Węglowodany 420,2g Nasycone kw. Tł 28,9g Błonnik 39,1g Sól 5,7g Cukry 65,9g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3 szt, mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, mus owocowy 1szt	Sok owocowy 150ml	Ziemniaczana 400ml, Ziemniaki 200g, gotowana gałka drobiowa 60g, buraczki 120g, kompot 200ml, sok wielowarzywny 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, pieczywo chrupka

Seler-ogórkowa, ziemniaczana, konserwa suwalska, sos ogrodowy, szynkowa, pasztet sojowy

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, konserwa suwalska, sos ogrodowy, szynkowa pasztet sojowy

Gorzycza-konserwa suwalska, sos ogrodowy, sur z kapusty,paprykarz warzywny, szynkowa, pasztet sojowy Jaja- kotlet mielony, pulpet indyczy, gałka drobiowa, jajko

Czwartek 22.02.2024

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, ser żółty 1szt		Zupa chłopska 400ml, gotowany makaron z serem, cukrem i śmietaną na zimno 200g, jabłko 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, jajko gotowane 1szt, pasta buraczkowo-twarogowa 50g, pasztet dr 1szt	Kefir 1szt	Energia 2955,2kcal Białko 109,g Tłuszcz 113,8g Węglowodany 373,75g Nasycone kw. Tł 33,8g Błonnik 39,8g Sól 6,2g Cukry 79,9g
Lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynkowa 70g, pomarańcza 80g, ser żółty 1szt		Zupa chłopska 400ml, gotowany makaron z serem, cukrem i śmietaną na zimno 200g, jabłko 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, przysmak suwalski 70g, pasztet dr 1szt, pomidor 80g	Kefir 1szt	Energia 2985kcal Białko 110g Tłuszcz 110,2g Węglowodany 388,3g Nasycone kw. Tł 30,8g Błonnik 38,1g Sól 6,1g Cukry 75,9g
Cukrzycowa	Kasza jęczmienna na bulionie warzywno-mięsny 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, szynkowa 70g, pomidor 80g, ser żółty 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, mus owocowy 1szt	Wafle ryżowe 2szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, przysmak suwalski 70g, pasztet dr 1szt, pomidor 80g	Kefir 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, ser żółty 1szt	Sok owocowy 150ml	Ziemniaczana 400ml, Ziemniaki 200g, schab gotowany 90g, surówka z kapusty kiszonej 150g, kompot 200ml, mus owocowy 1szt	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt, pasta buraczano-twarogowa 80g, miód 1szt, dżem 1szt,	Kefir 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, kefir

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

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

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

Gorczyca- sos ogrodowy, serdelek, szynkowa, , pasztet dr

Jaja- jajko, przysmak suwalski,

Piątek 23.02.2024

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, bułka z kruszonką 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 klopek rybny w sosie pietruszkowym 90g, marchewka oprószana 150g, kompot 200ml, bułka z kruszonką 1szt, woda 1szt		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 klopek rybny w sosie pietruszkowym 90g, sur. Z czerwonej kapusty 150g kompot bez cukru 200ml, mandarynki 2szt, woda 1szt	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, mandarynki 2szt, woda 1szt	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, klopek rybny, szynkowa, sos ogrodowy, pasztet dr, bułka z kruszonką

Seler-kalafiorowa, szynkowa , sos ogrodowy, śledzik na raz

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

Gorzycza-serek twój smak, sos ogrodowy, śledzik naraz, pasztet

Jaja- jajko, burger rybny, klopek rybny, bułka z kruszonką

Sobota 24.02.2024

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, pasztet dr 1szt		Rosół z makaronem 400ml, ziemniaki 200g, smażony klopsik indyczy w sosie musztardowym 90g, buraczki z jabłkiem 150g, kisiel 200ml, banan 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, konserwa suwalska 70g, marchew z olejem 80g, serek topiony 2szt	Mus jogurtowo-owocowy 1szt	Energia 3035 kcal Białko 105,6g Tłuszcz 117,5g Węglowodany 388,8g Nasycone kw. Tł 33,2g Błonnik 38g Sól 6,5g Cukry 77,1g
Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, serdelek 70g, jabłko 50g, pasztet dr 1szt		Rosół z makaronem 400ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie pomidorowym 90g, buraczki z jabłkiem 150g, kisiel 200ml, banan 1szt		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, konserwa suwalska 70g, marchew z olejem 80g, serek topiony 2szt	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 15g, serdelek 70g, pomidor 80g, pasztet dr 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, banan 1szt	Jogurt naturalny 150ml	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix 15g, konserwa suwalska 70g, pomidor 80g, serek topiony 2szt	Mus jogurtowo-owocowy 1szt	Energia 3011 kcal 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 10g, pasta z kurczaka gotowana 70g, jabłko 80g, mus owocowy 1szt	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 400ml, ziemniaki 200g, gotowana gałka mięsna 90g, buraczki z jabłkiem 150g, kisiel 200ml, banan 1szt	sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix 15g, ser biały półtłusty 50g, marchew z olejem 80g, serek topiony 2szt	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, 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, pasztet Seler-Zupa z zielonego groszku, konserwa suwalska, serdelek, krakowska, sos ogrodowy,

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

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

Niedziela 25.02.2024

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, podplomyki orkiszowe 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 3030kcal Białko 102,9g Tłuszcz 93g Węglowodany 312,2g Nasycone kw. Tł 32,5g Błonnik 41,8g Sól 6,5g Cukry 65,8g
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, podplomyki orkiszowe 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 2892 kcal Białko 98,7g Tłuszcz 90g Węglowodany 421,8g Nasycone kw. Tł 30,5g Błonnik 38,3g Sól 6,2g Cukry 66,8g
Cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 15g, 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, podplomyki orkiszowe 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 2952kcal Białko 101,3g Tłuszcz 92,1g Węglowodany 429,5g Nasycone kw. Tł 32,5g Błonnik 40,2g Sól 6,3g Cukry 68,9g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15, twarożek z mlekiem 70g, jabłka 80g, 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, podplomyki orkiszowe

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