

Poniedziałek 2.12.2024

| 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, konserwa suwalska 70g, ogórek kiszony 80g, pasztet dr 1szt | | Barszcz czerwony 400ml, pęczak 160g, smażony zraz wieprzowy z warzywami 90g, sur z marchewki 150g, kompot z cukrem 200ml, woda 1szt, mandarynka 2szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, kiełbasa suwalska 70g, surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, ser topiony 2szt | Serek wiejski 1szt | Energia 2916,7kcal Białko 122,2g Tłuszcz 110 g Węglowodany 359,5g Nasycone kw. Tł 35,1g Błonnik 34,4g Sól 6,8g Cukry 74,9g |
| Lekkostrawna | Kasza jęczmienna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, konserwa suwalska 70g, jabłko 80g, pasztet dr 1szt | | Barszcz czerwony 400ml, pęczak 160g, gotowany zraz mielony z indyka 90g, sur. z marchewki 150g, kompot z cukrem 200ml, woda 1szt, mandarynka 2szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, kiełbasa mazurska 70g, pomidor 50g, liść sałaty, ser topiony 2szt | Serek wiejski 1szt | Energia 2875,3kcal Białko 119,4g Tłuszcz 107,5g Węglowodany 357,5g Nasycone kw. Tł 33,7g Błonnik 36,5g Sól 6,7g Cukry 74,4g |
| Cukrzycowa | Kasza jęczmienna na bulionie mięsno-warzywnym 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, konserwa suwalska 70g, ogórek 80g, pasztet dr 1szt | Kalafior gotowany 100g | Barszcz czerwony bez śmietany 400ml, pęczak 160g, gotowany zraz mielony z indyka 90g, sur z marchewki 150g, kompot bez cukru 200ml, woda 1szt, mandarynka 2szt | Chrupki kukurydziane 30g | Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, szynkowa 70g, liść sałaty, pomidor 50g, ser topiony 2szt | Serek wiejski 1szt | Energia 2910kcal Białko 122g Tłuszcz 108g Węglowodany 362,5g Nasycone kw. Tł 31,5g Błonnik 37,5g Sól 6,9g Cukry 69,7g |
| Bezglutenowa | Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, jajko 1szt, jabłko 80g, dżem 1szt, miód 1szt | Sok owocowy 150ml | Barszcz czerwony bez śmietany 400ml, ziemniaki 200g gotowana gałka indycza 90g, sur z marchewki 150g, kompot z cukrem 200ml, woda 1szt, mandarynka 2szt | Sok owocowy 150ml | Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tł. 15g, ser biały 70g, surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, ser topiony 2szt | Serek wiejski 1szt | Energia 2752kcal Białko 93,5g Tłuszcz 91g Węglowodany 389,8g Nasycone kw. tł 27,1g Błonnik 35,3g Sól 6,5g Cukry 73,5g |

Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- kasza jęczmienna na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser biały, serek wiejski, barszcz czerwony, ryż na mleku, pasztet, serek wiejski,

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pęczak, pieczywo, kawa zbożowa, zraz wieprzowy, zraz mielony indyczy w sosie własnym, sos ogrodowy, pasztet dr, kasza jęczmienna na bulionie mięsno-warzywnym

Seler-barszcz czerwony, kasza jęczmienna na bulionie mięsno-warzywnym, sos ogrodowy, Soja i produkty pochodne, konserwa suwalska, sos ogrodowy, kiełbasa suwalska, pasztet dr Gorczyca-, sos ogrodowy, kiełbasa suwalska, Jaja- zraz wieprzowy, zraz mielony z indyka, gałka indycza,

Wtorek 3.12.2024

| Rodzaj diety | Śniadanie | 2 śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Dodatkowy posiłek | Dzienna kaloryczność i wartość odżywcza |
|--------------|--|--------------------------|---|----------------------|--|-----------------------|---|
| Ogólna | Zacierka na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 10g, salceson 70g, gruszka 80g, sałatka jarzynowa 1szt | | Krupnik 400ml, ziemniaki 200g, smażony stek wieprzowy z cebulką 90g/10g, buraczki 150g, kompot z cukrem 200ml, sok owocowy 1szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, szynkowa 70g, colesław 80g, dżem 1szt, miód 1szt | Jogurt owocowy 1szt | Energia 2973,3kcal Białko 92g Tłuszcz 96,4 g Węglowodany 434,4g Nasycone kw. Tł 27,5g Błonnik 39,4g Sól 6,9g Cukry 73,9g |
| Lekkostrawna | Zacierka na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, pieczeń rzymska 70g, liść sałaty, mandarynka 50g, sałatka jarzynowa 1szt | | Krupnik 400ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie 90g, buraczki 150g, kompot z cukrem 200ml, sok owocowy 1szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g przysmak suwalski 70g, jabłko 80g, dżem 1szt, miód 1szt | Jogurt owocowy 1szt | Energia 2922kcal Białko 95,6g Tłuszcz 95g Węglowodany 421,1g Nasycone kw. Tł 26,2g Błonnik 38,5g Sól 6,9g Cukry 72,1g |
| Cukrzycowa | Zacierka na na bulionie mięsno-warzywnym 300ml kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, pieczeń rzymska 70g liść sałaty, mandarynka 50g, sałatka jarzynowa 1szt | Chrupki kukurydziane 16g | Krupnik 400ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie 90g, buraczki 150g, kompot bez cukru 200ml, sok pomidorowy 1szt | Sok pomidorowy 150ml | Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, przysmak suwalski 70g, colesław 80g, pasztet dr. 1szt | Jogurt naturalny 1szt | Energia 2899kcal Białko 94,3g Tłuszcz 94,7 g Węglowodany 417,4g Nasycone kw. Tł 27,1g Błonnik 37,3g Sól 6,8g Cukry 69,9g |
| Bezglutenowa | Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, kurczak gotowany 70g, mandarynka 50g, dżem 1szt, miód 1szt | Chrupki kukurydziane 16g | Ziemniaczana 400ml, Ziemniaki 200g, gotowana gałka indycza 90g, buraczki 150g, kompot 200ml, sok owocowy 1szt. | Sok owocowy 150ml | Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 16g, twaróg półtłusty 70g, jabłko 70g, serek x2 | Jogurt owocowy 1szt | Energia 2752kcal Białko 89,7g Tłuszcz 85,9 g Węglowodany 405g Nasycone kw. Tł 27,9g Błonnik 31,2g Sól 6,4g Cukry 75,9g |

Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- zacierka na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser biały, jogurt owocowy, jogurt naturalny, ryż na mleku,
Zboża zawierające gluten-zacierka na mleku, krupnik, pieczywo, kawa zbożowa, salceson, przysmak suwalski, stek wieprzowy, pulpet indyczy w sosie własnym, sos ogrodowy, rolada faszerowana, pasztet dr, zacierka na na bulionie mięsno-warzywnym
Seler-krupnik, przysmak suwalski, sos ogrodowy, rolada faszerowana, pasztet dr, zacierka na na bulionie mięsno-warzywnym, krupnik
Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, konserwa suwalska, sos ogrodowy, szynkowa, przysmak suwalski
Gorczyca-rolada faszerowana, sos ogrodowy, przysmak suwalski, pasztet dr Jajka-stek wieprzowy, pulpet indyczy, gałka indycza, zacierka na mleku,

Środa 4.12.2024

| 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, pasztetowa 70g , pomarańcza 80g, ser żółty 1szt | | Ryżowa ze śmietaną 300ml, gotowany makaron na zimno z serem i jabłkami 200g, banan 100g, kompot 200ml, woda 1szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, jajko 1szt, dżem 70g, liść sałaty, pomidor 50g, pieczywo chrupkie 1szt | Mus owocowy 1szt | Energia 3085kcal Białko 115,4g Tłuszcz 109,4g Węglowodany 409,7g Nasycone kw. Tł 34,9g Błonnik 39,5g Sól 6,9g Cukry 77,2g |
| Lekkostrawna | Płatki owsiane na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, pasztet wp 70g , jabłko 80g, ser żółty 1szt | | Ryżowa ze śmietaną 300ml, gotowany makaron na zimno z serem i jabłkami 200g, banan 100g, kompot 200ml, woda 1szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, ser biały półtłusty 70g, pomidor 50g, liść sałaty, pieczywo chrupkie 1szt | Mus owocowy 1szt | Energia 3052 kcal Białko 117,4g Tłuszcz 102,9g Węglowodany 414,1g Nasycone kw. Tł 33,5g Błonnik 38,7g Sól 6,8g Cukry 78,5g |
| Cukrzycowa | Płatki owsiane na wywarze warzywno- mięsny 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 15g, pasztet wp 70g, ogórek 80g, ser żółty 1szt. | Chleb razowy 30g krakowska 20g | Ryżowa bez śmietany 300ml, gotowany schab w sosie wł. 90g, kasza jęczmienna 160g, surówka z kapusty kiszanej 150g kompot bez cukru 200ml, woda 1szt, | Wafle ryżowe 2szt | Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g,jajko 1szt, liść sałaty, pomidor 50g, pieczywo chrupkie 1szt | Mus owocowy 1szt | Energia 2869kcal Białko 120,5g Tłuszcz 105,7g Węglowodany 359g Nasycone kw. Tł 31,5g Błonnik 31,5g Sól 6,6g Cukry 68,1g |
| Bezglutenowa | Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 70g, jabłko 80g, mus owocowy 1szt | Wafle ryżowe 2szt | Ryżowa bez śmietany 300ml, Ziemniaki 200g, schab gotowany 90g, surówka z kapusty kiszanej 150g, kompot 200ml, woda 1szt, | Sok owocowy 150ml | Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, dżem 80g, liść sałaty, pomidor 50g, jogurt owocowy 1szt | Mus owocowy 1szt | Energia 2722cal Białko 108,1g Tłuszcz 92,5g Węglowodany 364,3g Nasycone kw. Tł 27,3g Błonnik 29,4g Sól 6,5g Cukry 67,9g |

Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- płatki owsiane na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, pasztetowa, ser biały, ryż na mleku, makaron z serem, ser żółty, ser topiony
Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, pasztetowa, schab w sosie wł., makaron z serem, sos ogrodowy, kasza jęczmienna, pasztet dr
Seler-ryżowa ze śmietaną, ryżowa bez śmietany, pasztetowa, sos ogrodowy, pasztet wp, dr, pasztetowa, płatki owsiane na wywarze warzywno- mięsny,
Soja i produkty pochodne- pasztet dr, wp, pasztetowa, sos ogrodowy,
Gorzycza-, sos ogrodowy, pasztet dr, wp, pasztetowa,
Jajka-jajko,

Czwartek 5.12.2024

| 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, kiełbasa suwalska 70g, jabłko 80g, wędlina wp 1szt | | Rosół z makaronem 400ml, pęczak 160g, smażona wątróbka drobiowa z cebulką 100g, sur z czerwonej kapusty 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, twaróg ziołowy z cebulką, śmietaną i szczypiorem 70g, mandarynka 50g, sałata liść, dżem 1szt, miód 1szt | Jogurt truskawkowy z owsianką 1szt | Energia 2923,8kcal Białko 123,1, g Tłuszcz 97,4 g Węglowodany 388,7g Nasycone kw. Tł 35,7 g Błonnik 40,2g Sól 6,9g Cukry 79,1g |
| Lekkostrawna | Kasza manna na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, serdelek 70g, jabłko 80g, wędlina wp 1szt | | Rosół z makaronem 400ml, gotowany filec z kurczaka w sosie własny 90g, pęczak 160g, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 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 twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, mandarynka 50g, dżem 1szt, miód 1szt | Jogurt truskawkowy z owsianką 1szt | Energia 2888kcal Białko 118,3g Tłuszcz 99,3g Węglowodany 380,3g Nasycone kw. Tł 31,5g Błonnik 37,7g Sól 6,5g Cukry 74,9g |
| Cukrzycowa | Kasza manna na bulionie mięsno- warzywnym 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, serdelek 70g, pomidor 80g, wędlina wp 1szt | Sok wielowarzywny 150ml | Rosół z makaronem 400ml, gotowany filec z kurczaka w sosie własny 90g, pęczak 160g, surówka z kapusty czerwonej 120g, kompot bez cukru 200ml, sok wielowarzywny 1szt | Chleb razowy 30g Jajko 1szt | Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, blok mielony 70g, liść sałaty, ogórek 50g, pasztet dr 1szt | Jogurt naturalny z owsianką 1szt | Energia 2966kcal Białko 121,3g Tłuszcz 93,8g Węglowodany 409,1g Nasycone kw. Tł 30,9g Błonnik 30,7g Sól 6,7g Cukry 65,5g |
| Bezglutenowa | Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, jajko 1szt, jabłko 80g, wędlina 1szt | Sok owocowy 150ml | Ziemniaczana 400ml, Ziemniaki 200g, gotowany filec z kurczaka 90g, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150g, kompot 200ml, sok wielowarzywny 1szt | Sok owocowy 150ml | Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tł. 15g, twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, mandarynka 50g, dżem 1szt, miód 1szt | Mus owocowy 1szt | Energia 2766,kcal Białko 115,8g Tłuszcz 88,6g Węglowodany 314,6g Nasycone kw. Tł 24,2g Błonnik 30,6g Sól 6,2g Cukry 69,9g |

Wykaz alergenów

Mleko (łącznie z laktozą)-kasza manna na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser biały, ryż na mleku, blok mielony, serdelek, pasztet, wędlina, jogurt naturalny z owsianką, jogurt truskawkowy z owsianką

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, pasztet, filec w sosie wł., wątróbka drobiowa, sos ogrodowy, pęczak, pasztet, jogurt naturalny z owsianką, jogurt truskawkowy z owsianką, kasza manna na bulionie warzywno-mięsny

Seler-rosół, ziemniaczana, pasztet, sos ogrodowy, blok mielony, kiełbasa suwalska, pasztet, serdelek, kasza manna na bulionie warzywno-mięsny

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, sos ogrodowy, kiełbasa suwalska, serdelek, pasztet, blok mielony

Gorczyca-, sos ogrodowy, kiełbasa suwalska, serdelek, pasztet Jajka-jajko,

Piątek 6.12.2024

| 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, jajko 1szt, gruszka 80g, serek Twój smak 1szt | | Pomidorowa 400ml, kasza jęczmienna 160g, smażony kotlet rybny z warzywami 90g, sur. z kapusty białej 150g, kompot 200ml, woda 1 szt, bułka maślanka 1szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, ser biały półtusty 70g, marchewka z chrzanem 80g, dżem 1szt, miód 1szt | Kefir 1szt | Energia 3026,3kcal Białko 112,2g Tłuszcz 101,6g Węglowodany 415,8g Nasycone kw. Tł 32,5g Błonnik 41,8g Sól 6,6g Cukry 69,9g |
| Lekkostrawna | Płatki owsiane na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, jajko 1szt, dżem 70g, pomidor 80g, serek Twój smak 1szt | | Pomidorowa 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany pulpet rybny z warzywami 90g, buraczki 150g, kompot 200ml, woda 1 szt, bułka maślanka 1szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, ser biały półtusty 70g, liść sałaty, jabłko 50g dżem 1szt, miód 1szt | Kefir 1szt | Energia 2953,5kcal Białko 110,2g Tłuszcz 95g Węglowodany 414,4 g Nasycone kw. Tł 30,4g Błonnik 38,7g Sól 6,2g Cukry 68,5g |
| Cukrzycowa | Płatki owsiane na bulionie warzywno mięsny 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, jajko 1szt, pomidor 80g, serek Twój smak 1szt | Sok pomidorowy 150ml | Pomidorowa bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany pulpet rybny z warzywami 90g, buraczki 150g, kompot bez cukru 200ml, woda 1 szt, mus owocowy 1 szt | Wafle ryżowe 2szt | Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, szynkowa 70g, liść sałaty, pomidor 50g, paszтет dr 1szt | Kefir 1szt | Energia 2979,kcal Białko 112,3g Tłuszcz 102,4g Węglowodany 402,g Nasycone kw. Tł 28,5g Błonnik 29,7g Sól 6,2g Cukry 65,8g |
| Bezglutenowa | Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, jajko 1szt, dżem 70g, pomidor 80g, serek Twój smak 1szt | Sok owocowy 150ml | Pomidorowa 400ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 90g, buraczki 150g, kompot 200ml, woda 1 szt, mus owocowy 1szt | Wafle ryżowe 2szt | Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, pałka kurczęca gotowana 90g, liść sałaty, jabłko 50g, dżem 1szt, miód 1szt | Kefir 1szt | Energia 2701kcal Białko 102g Tłuszcz 94,8g Węglowodany 360g Nasycone kw. Tł 26,5g Błonnik 29,1g Sól 6,1g Cukry 70,5g |

Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- płatki owsiane na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser biały, ryż na mleku, serek Twój smak,
Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, pulpet rybny, kotlet rybny, sos ogrodowy, kasza jęczmienna, płatki owsiane na bulionie warzywno mięsny
Seler-pomidorowa ze śmietaną, pomidorowa bez śmietany, sos ogrodowy, rolada faszzerowana, serek Twój smak, płatki owsiane na bulionie warzywno mięsny
Soja i produkty pochodne- sos ogrodowy, szynkowa,
Gorczyca-rolada faszzerowana, sos ogrodowy, serek Twój smak,
Jajka-jajko, kotlet rybny z warzywami, pulpet rybny, pomidorowa

Sobota 7.12.2024

| 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, pasztet wp. 70g, pomidor 80g, serek topiony 1szt | | Zupa chłopska 400ml, kasza pęczak 160g, gotowany serdelek w sosie pomidorowym 90g, surówka z kiszzonego ogórka 150g, kisiel 200ml, banan 1 szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, konserwa suwalska 70g, kapusta pekińska z sosem vinegre 80g, dżem 1szt, miód 1szt | Mus jogurtowo-owocowy 1szt | Energia 3061kcal Białko 100,4g Tłuszcz 107,5g Węglowodany 423g Nasycone kw. Tł 26,1g Błonnik 38,2g Sól 6,7g Cukry 72,5g |
| Lekkostrawna | Kasza manna na mleku 2% 400ml 400ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, pasztet wp. 70g, pomidor 80g, serek topiony 1szt | | Zupa chłopska 400ml, kasza pęczak 160g, gotowany serdelek w sosie pomidorowym 90g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kisiel 200ml, banan 1 szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, konserwa suwalska 70g, sałaty liść, pomarańcza 50g, dżem 1szt, miód 1szt | Mus jogurtowo-owocowy 1szt | Energia 2982,1kcal Białko 99,7g Tłuszcz 105,4g Węglowodany 408,6g Nasycone kw. Tł 25,1g Błonnik 29,5g Sól 6,3g Cukry 70,3g |
| Cukrzycowa | Kasza manna na bulionie warzywno mięsnym 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, pasztet wp. 70g, pomidor 80g, serek topiony 1szt | Fasolka gotowana 150g | Zupa chłopska bez śmietany 400ml, kasza pęczak 160g, gotowany serdelek w sosie pomidorowym 90g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kisiel bez cukru 200ml, banan 1 szt | Sok wielowarzywny 200ml | Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, konserwa suwalska 70g, sałaty liść, ogórek 50g, pasztet dr 1szt | Mus jogurtowo-owocowy 1szt | Energia 3052kcal Białko 103,5g Tłuszcz 104,3g Węglowodany 424,8g Nasycone kw. Tł 24,7g Błonnik 31,5g Sól 6,4g Cukry 70,4g |
| Bezglutenowa | Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, pomidor 80g, serek topiony 1szt | Chrupki kukurydziane 16g | Ziemniaczana 400ml, ziemniaki 200g, pałka gotowana kurczęca 90g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kisiel 200ml, banan 1 szt | Sok owocowy 200ml | Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, schab gotowany 70g, liść sałaty, pomarańcza 50g, dżem 1szt, miód 1szt | Mus jogurtowo-owocowy 1szt | Energia 2748kcal Białko 98,1g Tłuszcz 90,2g Węglowodany 385,9 g Nasycone kw. Tł 23,5g Błonnik 29,1g Sól 6,2g Cukry 72,5g |

Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)-kasza manna na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, pasztet dr., ser biały ryż na mleku, serdelek w sosie pomidorowym, zupa chłopska, konserwa suwalska, ser topiony
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, pasztet, serdelek w sosie pomidorowym, sos ogrodowy, kasza pęczak, kasza manna na bulionie warzywno mięsnym
Seler-chłopska ze śmietaną, chłopska bez śmietany, pasztet, sos ogrodowy, serdelek, kasza manna na bulionie warzywno mięsnym
Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, pasztet wp, sos ogrodowy, serdelek, konserwa suwalska
Gorczyca- sos ogrodowy, konserwa suwalska, pasztet wp, serdelek

Niedziela 8.12.2024

| 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. 90g, mix 15g, ser żółty 70g, jabłko 80g, sałatka pikantna z łososia 1szt | | Grochowa 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany pulpet wp. w sosie 90g, buraczki 150g, kisiel 200ml, podkłomyki owsiane 1szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł.15g, blok mielony 70g, ogórek 80g, dżem 1szt, miód 1szt | Jogurt owocowy 1szt | Energia 3035kcal Białko 103,1g Tłuszcz 100 g Węglowodany 430,6g Nasycone kw. Tł 32,9g Błonnik 39,9g Sól 6,6g Cukry 79,2g |
| Lekkostrawna | Makaron na mleku 2% 400ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix 15g, ser biały półtłusty 70g, jabłko 80g, sałatka pikantna z łososia 1szt | | Krupnik 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie 90g, buraczki 150g, kisiel 200ml, podkłomyki owsiane 1szt | | Kawa zbożowa z mlekiem 2%i cukrem 200ml, chleb zw. 90g,, mix tł.10g, blok mielony 50g, liść sałaty, pomidor 50g, dżem 1szt, miód 1szt | Jogurt owocowy 1szt | Energia 2955kcal Białko 110,8g Tłuszcz 99,5g Węglowodany 406,3g Nasycone kw. Tł 29,5g Błonnik 36,8g Sól 6,5g Cukry 74,7g |
| Cukrzycowa | Makaron na bulionie warzywno mięsny 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, krakowska 70g, liść sałaty, ogórek 50g, sałatka pikantna z łososia 1szt | Chrupki kukurydziane 20g | Krupnik 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie 90g, buraczki 150g, kisiel bez cukru 200ml, podkłomyki owsiane 1szt | Wafle ryżowe 2szt | Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g, blok mielony 70g, liść sałaty, pomidor 50g, pasztet dr1szt | Jogurt naturalny 1szt | Energia 2867kcal Białko 107,9g Tłuszcz 89,9g Węglowodany 310,2g Nasycone kw. Tł 29,9g Błonnik 35,5g Sól 6,6g Cukry 69,9g |
| Bezglutenowa | Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, miż tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, jabłko 80g, dżem x2 | Sok jabłkowy 200ml | Ziemniaczana bez śmietany 400ml, ziemniaki 200g, gotowana gałka indycza 90g, buraczki 150g, kisiel 200ml, mus owocowy z jogurtem 1szt | Kefir 150ml | Herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, schab gotowany 70g, liść sałaty, pomidor 50g, dżem 1szt, miód 1szt | Jogurt owocowy 1szt | Energia 2700kcal Białko 95,1g Tłuszcz 90,5g Węglowodany 376,3 g Nasycone kw. Tł 26,7g Błonnik 30,5g Sól 6,2g Cukry 75,1g |

Wykaz alergenów:

Mleko (łącznie z laktozą)- płatki owsiane na mleku, mix. tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser żółty, ser topiony, blok mielony, ser biały, jogurt naturalny, jogurt owocowy
 Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, kawa zbożowa, pulpet wp, kasza jęczmienna, pulpet indyczy, blok mielony, krupnik, makaron na bulionie warzywno mięsny 300ml
 Seler- krupnik, ziemniaczana bez śmietany, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, makaron na bulionie warzywno mięsny 300ml
 Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, krakowska, sos ogrodowy, blok mielony
 Gorczyca- sos ogrodowy, blok mielony, krakowska
 Jajka-pulpet wp, pulpet indyczy, gałka indycza,