

Poniedziałek 29.12.2025

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, banan 1szt		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, banan 1szt		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, banan 1szt	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, banan 1szt	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 30.12.2025

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, kabanosy 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, 2 małe serki topione	Jogurt owocowy 1szt	Energia 3052kcal Białko 105g Tłuszcz 100 g Węglowodany 433g Nasycone kw. Tł 28,1g Błonnik 38,2g Sól 7,0g Cukry 71,3g
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, kabanosy 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, 2 małe serki topione	Jogurt owocowy 1szt	Energia 2989kcal Białko 98,3g Tłuszcz 98,3g Węglowodany 426,3g Nasycone kw. Tł 27,5g Błonnik 36,6g Sól 7,0 Cukry 69,9g
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, kabanosy 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 2921kcal Białko 97,2g Tłuszcz 95,8g Węglowodany 417,7g Nasycone kw. Tł 28,2g Błonnik 36,1g Sól 7,1g Cukry 66,8g
Bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 400ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 3szt, mix tł. 15g, kurczak gotowany 70g, mandarynka 50g, mus owocowy 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, ser topiony

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, kabanosy Jajka-stek wieprzowy, pulpet indyczy, gałka indycza, zacierka na mleku,

Środa 31.12.2024

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 twarogowy w plastrach 1szt		Ryżowa ze śmietaną 300ml, gotowany makaron na zimno z serem i jabłkami 200g, banan 100g, kompot 200ml, woda 1szt, pomarańcza 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, sałatka jarzynowa 1szt	Ryż na mleku 1szt	Energia 3021kcal Białko 101g Tłuszcz 105,4g Węglowodany 417,1g Nasycone kw. Tł 30,1g Błonnik 37,1g Sól 6,1g Cukry 79,4g
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 twarogowy w plastrach 1szt		Ryżowa ze śmietaną 300ml, gotowany makaron na zimno z serem i jabłkami 200g, banan 100g, kompot 200ml, woda 1szt, pomarańcza 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, sałatka jarzynowa 1sz	Ryż na mleku 1szt	Energia 3052 kcal Białko 113,2g Tłuszcz 101,8 g Węglowodany 420,7g Nasycone kw. Tł 31,1g Błonnik 37,9g Sól 6,2g Cukry 77,5g
Cukrzycowa	Płatki owsiane na wywarze warzywno- mięsnym 300ml, kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,mix tł. 15g, pasztet wp 70g, ogórek 80g, ser twarogowy w plastrach 1szt	Chleb razowy 30g krakowska 20g	Ryżowa bez śmietany 300ml, gotowany schab w sosie wł. 90g, kasza jęczmienna 160g, surówka z kapusty kiszonej 150g kompot bez cukru 200ml, woda 1szt, pomarańcza 1szt	Wafle ryżowe 2szt	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy 100g, mix tł. 15g,jajko 1szt, liść sałaty, pomidor 50g, sałatka jarzynowa 1sz	Kefir 1szt	Energia 2851kcal Białko 114,5g Tłuszcz 101,7g Węglowodany 371,4g Nasycone kw. Tł 31,5g Błonnik 31,1g Sól 6,1g Cukry 67,2g
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 kiszonej 150g, kompot 200ml, woda 1szt, pomarańcza 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, ryż na mleku, ser twarogowy w plastrach

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- mięsnym,

Soja i produkty pochodne- pasztet dr, wp, pasztetowa, sos ogrodowy,

Gorczyca-, sos ogrodowy, pasztet dr, wp, pasztetowa, sałatka jarzynowa

Jajka-jajko, sałatka jarzynowa