

**Poniedziałek II**

Dieta ogólna	
Śniadanie	<b>Kasza jęczmienna na mleku 2%, kawa zbożowa, chleb zwykły , bułka pszenna, mix tł., konserwa suwalska, twarożek ze szczypiorkiem , jabłko.</b>
Obiad	<b>Barszcz czerwony, ziemniaki, potrawka z łopatki wieprzowej z warzywami, surówka z ogórka kiszzonego, kompot z cukrem</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2% , chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł, polędwica sopocka, surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym</b>

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 2095  
Białko ogółem [g] 83  
Tłuszcze [g] 75  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 28  
Węglowodany [g] 254  
w tym cukry proste [g] 46  
Sód [g] 2  
Błonnik [g] 24

Dieta cukrzycowa	
Śniadanie	<b>Kasza jęczmienna na mleku 2%, kawa zbożowa bez cukru , chleb razowy, mix tł., konserwa suwalska, ogórek.</b>
— II Śniadanie	Kalafior gotowany
Obiad	<b>Barszcz bez śmietany, ziemniaki, potrawka z łopatki wieprzowej z warzywami, surówka z ogórka kiszzonego, kompot bez cukru</b>
— Podwieczorek	— Sok pomidorowy
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru , chleb razowy, mix tł, twarożek ziołowy, surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym</b>

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 2030  
Białko ogółem [g] 80  
Tłuszcze [g] 79  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 27  
Węglowodany [g] 249  
w tym cukry proste [g] 27  
Sód [g] 2  
Błonnik [g] 31

Dieta bezmleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa, chleb zw., bułka pszenna, konserwa suwalska, jabłko</b>
— II Śniadanie	— Kalafior gotowany
Obiad	<b>Barszcz czerwony bez śmietany, ziemniaki, potrawka z łopatki wieprzowej z warzywami, surówka z ogórka kiszzonego, kompot</b>
— Podwieczorek	— Napój owocowy
Kolacja	<b>Kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, blok mielony, surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym</b>

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 1920  
Białko ogółem [g] 75  
Tłuszcze [g] 70  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 27  
Węglowodany [g] 248  
w tym cukry proste [g] 50  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 23

Dieta bezglutenowa bezmleczna	
Śniadanie	Herbata, <b>chleb bezglutenowy, mix tł., jajo gotowane, jabłko</b>
II Śniadanie	Kalafior gotowany
Obiad	<b>Barszcz czerwony B/SM, ziemniaki, schab wieprzowy w rosole, surówka z kiszzonego ogórka, kompot</b>
Podwieczorek	Napój owocowy
Kolacja	<b>Herbata bez cukru, chleb bezglutenowy, mix tł., schab gotowany, surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1805  
 Białko ogółem [g] 82  
 Tłuszcze [g] 64  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 18  
 Węglowodany [g] 225  
 w tym cukry proste [g] 42  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 25

Dieta wysokobiałkowa	
Śniadanie	<b>Kasza jęczmienna na mleku 2%, kawa zbożowa z cukrem , chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., konserwa suwalska, jabłko</b>
II Śniadanie	Serek homogenizowany Darek
Obiad	<b>Barszcz czerwony, potrawka z łopatki wieprzowej, surówka z ogórka kiszzonego, kompot</b>
Podwieczorek	Napój owocowy
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2%, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., ser biały półtłusty, surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2180  
 Białko ogółem [g] 90  
 Tłuszcze [g] 83  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 28  
 Węglowodany [g] 268  
 w tym cukry proste [g] 51  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 23

Dieta bezmięсна	
Śniadanie	<b>Kasza jęczmienna na mleku 2%, kawa zbożowa z cukrem , chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., serek topiony, jabłko</b>
II Śniadanie	Kalafior gotowany
Obiad	<b>Barszcz czerwony, kluski śląskie, surówka z kiszzonego ogórka, kompot</b>
Podwieczorek	Napój owocowy
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2%, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., ser biały półtłusty , surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowy</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2005  
 Białko ogółem [g] 73  
 Tłuszcze [g] 71

w tym nasycone kwasy tłuszczowe [g] 25  
 Węglowodany [g] 268,5  
 w tym cukry proste [g] 49  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 25

Dieta cukrzycowa bezmleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, konserwa suwalska, liść sałaty</b>
II Śniadanie	Kalafior gotowany
Obiad	<b>Barszcz czerwony B/ŚM, ziemniaki, potrawka z łopatkki wieprzowej z warzywami, surówka z kiszzonego ogórka, kompot bez cukru</b>
Podwieczorek	<b>Sok pomidorowy</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, schab gotowany, surówka z ogórka i sałaty lodowej</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1820  
 Białko ogółem [g] 75  
 Tłuszcze [g] 70  
 w tym nasycone kwasy tłuszczowe [g] 25  
 Węglowodany [g] 222,5  
 w tym cukry proste [g] 30  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 28

Dieta bezglutenowa bezmleczna	
Śniadanie	Herbata, <b>chleb bezglutenowy, jajo gotowane, jabłko</b>
II Śniadanie	Kalafior gotowany
Obiad	<b>Barszcz czerwony B/ŚM, ziemniaki, schab w rosole, surówka z kiszzonego ogórka, kompot</b>
Podwieczorek	Napój owocowy
Kolacja	Herbata, <b>chleb bezglutenowy, schab gotowany, surówka z ogórka i sałaty lodowej</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1803  
 Białko ogółem [g] 80  
 Tłuszcze [g] 64  
 w tym nasycone kwasy tłuszczowe [g] 18  
 Węglowodany [g] 227  
 w tym cukry proste [g] 42  
 Sód [g] 1,9  
 Błonnik [g] 28

Dieta cukrzycowa mleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, mix tł., szynkowa, jabłko</b>
II Śniadanie	<b>Chleb razowy, jajko</b>
Obiad	<b>Barszcz bez śmietany, ziemniaki, gulasz wieprzowy w sosie własnym, surówka z kiszzonego ogórka, kompot bez cukru</b>
Podwieczorek	<b>Sok pomidorowy</b>

Kolacja	Kawa zbożowa bez cukru , chleb razowy, mix tł, przysmak suwalski , pomidor.
---------	---

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2010  
 Białko ogółem [g] 90  
 Tłuszcze [g] 72  
 w tym nasycone kwasy tłuszczowe [g] 23  
 Węglowodany [g] 250,5  
 w tym cukry proste [g] 30  
 Sód [g] 2,2  
 Błonnik [g] 25

Dieta cukrzycowa bezglutenowa	
Śniadanie	Herbata bez cukru , chleb bezglutenowy, jajo gotowane, jabłko
II Śniadanie	Kalafior gotowany
Obiad	Barszcz czerwony bez śmietany , ziemniaki, schab w rosole , surówka z kiszzonego ogórka, kompot bez cukru
Podwieczorek	Sok pomidorowy
Kolacja	Herbata bez cukru, chleb bezglutenowy, mix tł., schab gotowany , surówka z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1895  
 Białko ogółem [g] 82  
 Tłuszcze [g] 60  
 w tym nasycone kwasy tłuszczowe [g] 18  
 Węglowodany [g] 257  
 w tym cukry proste [g] 35  
 Sód [g] 2,2  
 Błonnik [g] 28

**Wykaz składników alergennych w jadłospisie:**

**Mleko (laktoza)** : kasza manna na mleku, barszcz, zabieleny, mix tł., kawa zbożowa z mlekiem, wędliny: szynkowa, pasztetowa, przysmak suwalski, twarógzek ziołowy, serek waniliowy, miesz. mleczna,

**Gluten**- kasza manna na mleku, kasza jęczmienna, pieczywo, barszcz zabieleny, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa suwalska, szynkowa, pasztetowa, przysmak suwalski, herbatniki, miesz. mleczna, kawa zbożowa, farszynka wp., szynkowa, gulasz wp w sosie własnym

**Seler**- barszcz zabieleny, wędliny: szynkowa, przysmak suwalski , kielb. suwalska, pasztetowa, gulasz wp.

**Soja i produkty pochodne** - wafle ryżowe, szynkowa, przysmak suwalski, kielbasa suwalska, pasztetowa

**Gorczyca**-szynkowa, przysmak suwalski, kielbasa suwalska, pasztetowa.

**Jajka**- jaja

**Wtorek II**

Dieta ogólna	
Śniadanie	Zacierka na mleku 2% , kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna , mix tł. , salceson, ser żółty, gruszka
Obiad	Krupnik , ziemniaki , stek wieprzowy z cebulą , buraczki , kompot
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem 2% , chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., przysmak suwalski, jabłko

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2048  
 Białko ogółem [g] 75  
 Tłuszcze [g] 80  
 w tym tłuszcze nasycone [g] 30  
 Węglowodany [g] 257  
 w tym cukry proste [g] 49  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 25

Dieta cukrzycowa	
Śniadanie	Zacierka na mleku 2%, kawa zbożowa bez cukru , chleb razowy, mix tł., pieczeń rzymska, liść sałaty

— II Śniadanie	<b>Chleb razowy, tyrolska</b>
Obiad	<b>Krupnik, ziemniaki , pulpet indyczy z sosem koperkowym , buraczki, kompot bez cukru</b>
— Podwieczorek	— Sok warzywny
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru , chleb razowy, mix tł., przysmak suwalski, jabłko</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1950  
 Białko ogółem [g] 81  
 Tłuszcze [g]72  
 w tym tłuszcze nasycone [g]25  
 Węglowodany [g] 244,5  
 w tym cukry proste [g] 26  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 27

Dieta bezmleczna cukrzycowa	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa bez cukrem, chleb razowy , pieczeń rzymska,liść sałaty</b>
— II Śniadanie	— <b>Chleb razowy, tyrolska</b>
Obiad	<b>Krupnik, ziemniaki, pulpet indyczy z sosem koperkowym, buraczki, kompot bez cukru</b>
— Podwieczorek	— Sok warzywny
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy,prysmak suwalski, jabłko</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1825  
 Białko ogółem [g] 80  
 Tłuszcze [g] 73  
 w tym tłuszcze nasycone [g] 25  
 Węglowodany [g] 212  
 w tym cukry proste [g] 36  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g] 27

Dieta bezglutenowa	
Śniadanie	<b>Herbata, wafle ryżowe, mix tł., kurczak gotowany, liść sałaty</b>
— II Śniadanie	— <b>Wafle ryżowe</b>
Obiad	<b>Ziemniaczana ,ziemniaki, gałka z indyka w rosole, buraczki, kompot</b>
— Podwieczorek	— <b>Sok pomidorowy</b>
Kolacja	<b>Herbata, wafle ryżowe, mix tł., dżem, jabłko, jajo</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1780  
 Białko ogółem [g] 85  
 Tłuszcze [g] 61  
 w tym tłuszcze nasycone [g] 18  
 Węglowodany [g] 223  
 w tym cukry proste [g] 46  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 26

Dieta wysokobiałkowa	
Śniadanie	Zacierka na mleku 2%, kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., salceson, musztarda ,liść sałaty
— II Śniadanie	— Serek waniliowy
Obiad	Krupnik, ziemniaki, pulpet indyczy z sosem koperkowym, buraczki, kompot
— Podwieczorek	— Sok wielowarzywny
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem , chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., ser biały półtłusty, jabłko

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2115

Białko ogółem [g] 105

Tłuszcze [g] 82

w tym tłuszcze nasycone [g] 29

Węglowodany [g] 239

w tym cukry proste [g] 49

Sód [g] 2,1

Błonnik [g] 25

Dieta bezmięсна	
Śniadanie	Zacierka na mleku 2%, kawa zbożowa z cukrem, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., dżem , gruszka
— II Śniadanie	— Wafle ryżowe
Obiad	Ziemniaczana bez śmietany, ziemniaki, kotlety sojowe panierowane w jajku, buraczki, kompot
— Podwieczorek	— Sok wielowarzywny
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem , chleb zwykły, bułka pszenna .. mix tł., ser biały półtłusty, jabłko

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1975

Białko ogółem [g] 82

Tłuszcze [g]75

w tym nasycone kwasy tłuszczowe [g] 240

Węglowodany [g] 27

w tym cukry proste [g] 50

Sód [g] 2,1

Błonnik [g] 26

Dieta bezglutenowa bezmleczna	
Śniadanie	Herbata, wafle ryżowe, kurczak gotowany, liść sałaty
— II Śniadanie	— Wafle ryżowe
Obiad	Ziemniaczana bez śmietany, ziemniaki, gałka z indyka, buraczki, kompot
— Podwieczorek	— Sok pomidorowy
Kolacja	Herbata, wafle ryżowe, dżem , jabłko, jajo

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1750  
Białko ogółem [g] 68  
Tłuszcze [g] 62  
w tym nasycone kwasy tłuszczowe [g] 19  
Węglowodany [g] 230  
w tym cukry proste [g] 45  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 24

Dieta cukrzycowa mleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy , mix tł., szynkowa , jabłko</b>
—	—
II Śniadanie	<b>chleb razowy, jajko</b>
Obiad	<b>Barszcz bez śmietany, ziemniaki, gulasz wieprzowy w sosie własnym, surówka z kiszzonego ogórka, kompot bez cukru</b>
—	—
Podwieczorek	<b>Sok pomidorowy</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, mix tł, przysmak suwalski , pomidor.</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2200  
Białko ogółem [g] 90  
Tłuszcze [g] 72  
w tym nasycone kwasy tłuszczowe [g] 23  
Węglowodany [g] 298  
w tym cukry proste [g] 30  
Sód [g] 3,1  
Błonnik [g]

**Wykaz składników alergennych w jadłospisie:**

**Mleko (laktoza)** : kasza manna na mleku, barszcz, zabieleny, mix tł., kawa zbożowa z mlekiem, wędliny: szynkowa, pasztetowa, przysmak suwalski, twarożek ziołowy, serek waniliowy, miesz. mleczna,  
**Gluten**- kasza manna na mleku, kasza jęczmienna, pieczywo, barszcz zabieleny, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa suwalska, szynkowa, pasztetowa, przysmak suwalski, herbatniki, miesz. mleczna, kawa zbożowa, farszynka wp., szynkowa, gulasz wp w sosie własnym  
**Seler**- barszcz zabieleny, wędliny: szynkowa, przysmak suwalski , kielb. suwalska, pasztetowa, gulasz wp.  
**Soja i produkty pochodne** - wafle ryżowe, szynkowa, przysmak suwalski, kielbasa suwalska, pasztetowa  
**Gorczyca**-szynkowa, przysmak suwalski, kielbasa suwalska, pasztetowa.  
**Jajka**-jaja

**Środa II**

Dieta ogólna	
Śniadanie	<b>Płatki owsiane na mleku 2%, kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., pasztetowa, jabłko</b>
Obiad	<b>Ryżowa ze śmietaną, makaron z twarogiem i jabłkami prażonymi na zimno, pomarańcza, kompot</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł, jajo, pomidor</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2085  
Białko ogółem [g] 87  
Tłuszcze [g] 81  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 26  
Węglowodany [g] 252  
w tym cukry proste [g] 50  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 25

Dieta cukrzycowa	
Śniadanie	<b>Płatki owsiane na mleku 2% , kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, mix tł., pasztet, jabłko</b>

— II Śniadanie	Chleb razowy, krakowska
Obiad	Ryżowa bez śmietany, kasza jęczmienna, schab w sosie własnym, surówka z kiszonej kapusty, kompot bez cukru — Sok pomidorowy
— Podwieczorek	
Kolacja	Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, mix tł. jajko, pomidor

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2055  
 Białko ogółem [g] 93  
 Tłuszcze [g] 73  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 24  
 Węglowodany [g] 255  
 w tym cukry proste [g] 36  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g] 27

Dieta bezmleczna	
Śniadanie	Kawa zbożowa z cukrem, chleb zw., bułka pszenna, pasztet ,liść sałaty
— II Śniadanie	Chleb razowy, krakowska
Obiad	Ryżowa bez śmietany, kasza jęczmienna, schab w sosie własnym, surówka z kiszonej kapusty, kompot
— Podwieczorek	Sok pomidorowy
Kolacja	Kawa zbożowa z cukrem, chleb zwykły, bułka pszenna,jajo, jabłko

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1720  
 Białko ogółem [g] 63  
 Tłuszcze [g]57  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 14  
 Węglowodany [g]239  
 w tym cukry proste [g]42  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 23

Dieta bezmleczna bezglutenowa	
Śniadanie	Herbata, chleb bezglutenowy, pasta z gotowanego kurczaka , liść sałaty
— II Śniadanie	Wafle ryżowe
Obiad	Ryżowa bez śmietany, ziemniaki, schab gotowany, surówka z kiszonej kapusty, kompot
— Podwieczorek	Sok pomidorowy
Kolacja	Herbata, chleb bezglutenowy, kurczak gotowany, jabłko

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1790  
 Białko ogółem [g] 67  
 Tłuszcze [g] 58  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 15  
 Węglowodany [g] 250  
 w tym cukry proste [g] 43  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 23

Dieta bezglutenowa	
Śniadanie — II Śniadanie	<b>Herbata, chleb bezglutenowy, mix tł, pasta z gotowanego kurczaka, liść sałaty</b>  <b>Wafle ryżowe</b>
Obiad  Podwieczorek	<b>Ryżowa , ziemniaki, schab gotowany w rosole , surówka z kiszzonej kapusty, kompot</b>  <b>Sok pomidorowy</b>
Kolacja	<b>Herbata, chleb bezglutenowy, mix tł., ser biały półtłusty, jabłko</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1720

Białko ogółem [g] 70

Tłuszcze [g] 56

w tym tłuszcze nasycone [g] 16

Węglowodany [g] 234

w tym cukry proste [g] 40

Sód [g] 2,1

Błonnik [g] 22

Dieta bezmięсна	
Śniadanie — II Śniadanie	<b>Płatki owsiane na mleku 2%, kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., jajo gotowane, liść sałaty —</b> <b>Wafle ryżowe</b>
Obiad  Podwieczorek	<b>Ryżowa ze śmietaną, makaron z twarogiem i z jabłkiem prażonymi na zimno, pomarańcza, kompot—</b> <b>Sok pomidorowy</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2 %, chleb zwykły, bułka pszenna , mix tł, jajo, jabłko</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1910

Białko ogółem [g] 72

Tłuszcze [g] 65

w tym tłuszcze nasycone [g] 22

Węglowodany [g] 259

w tym cukry proste [g] 50

Sód [g] 2,1

Błonnik [g] 25

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie:

**Mleko (łącznie z laktozą)** -płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tł., kawa z mlekiem, budyń, ser biały półtłusty, mieszanka mleczna, pasztetowa, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana

**Zboża zawierające gluten**- pieczywo, kawa inka z mlekiem, herbatniki, kawa zbożowa, miesz. mleczna, pasztet, pasztetowa, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, schab wp w sosie własnym, kasza jęczmienna, pasztet

**Seler**- zupa ryżowa, pasztetowa, pasztet, krakowska

**Soja i produkty pochodne** -wafle ryżowe, pasztet, pasztetowa, krakowska

**Gorczyca**- pasztet, pasztetowa, krakowska

**Jajo** -Jajko gotowane

Czwartek II

Dieta ogólna	
Śniadanie	<b>Kasza manna na mleku 2%, kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., serdelek , szynkowa, jabłko</b>
Obiad	<b>Rosół z makaronem, ziemniaki, wątróbka drobiowa duszona z cebulką, marchewka z groszkiem, kompot</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2%, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł, twarożek zielony z cebulą, szczypiorkiem i śmietaną, pomarańcz</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1950  
Białko ogółem [g] 80  
Tłuszcze [g] 72  
w tym tłuszcze nasycone [g] 26  
Węglowodany [g] 245  
w tym cukry proste [g]49  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 25

Dieta cukrzycowa	
Śniadanie	<b>Kasza manna na mleku 2%, kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, masło mix , serdelek, jabłko</b>
— II Śniadanie	— Kefir
Obiad	<b>Rosół z makaronem, pęczak, filet z kurczaka gotowany w sosie własnym, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kompot bez cukru</b>
— Podwieczorek	— Sok pomidorowy
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, masło mix, blok mielony, liść sałaty .</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1890  
Białko ogółem [g] 79  
Tłuszcze [g] 68  
w tym tłuszcze nasycone [g] 25  
Węglowodany [g] 240  
w tym cukry proste [g] 40  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 28

Dieta bezmleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa, chleb zw., bułka pszenna, serdelek ,jabłko</b>
— II Śniadanie	— Sok wielowarzywny
Obiad	<b>Rosół z makaronem, pęczak, filet kurczący gotowany w sosie własnym, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kompot</b>
— Podwieczorek	— Sok pomidorowy
Kolacja	<b>Kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, blok mielony, pomarańcza</b>

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1750  
Białko ogółem [g] 69  
Tłuszcze [g] 61  
w tym tłuszcze nasycone [g] 20  
Węglowodany [g] 231  
w tym cukry proste [g] 38  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 25

Dieta bezglutenowa	
Śniadanie	Herbata, wafle ryżowe mix tł. jajo, jabłko
—	—
II Śniadanie	Sok pomidorowy
Obiad	Ziemniaczana, gryczana, filet z kurczaka gotowany z rosółem, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kompot
—	—
Podwieczorek	chrupki kukurydziane
Kolacja	Herbata, wafle ryżowe, mix tł., schab gotowany, pomarańcz

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1755  
Białko ogółem [g] 69  
Tłuszcze [g] 63  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 21  
Węglowodany [g] 228  
w tym cukry proste [g] 37  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 25

Dieta bezglutenowa bezmleczna	
Śniadanie	Herbata, wafle ryżowe, jajo, jabłko
—	—
II Śniadanie	Sok pomidorowy
Obiad	Ziemniaczana bez śmietany, kasza gryczana, filet z kurczaka gotowany z rosółem , surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kompot
—	—
Podwieczorek	Chrupki kukurydziane
Kolacja	Herbata, wafle ryżowe, schab gotowany, pomarańcz

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1795  
Białko ogółem [g] 68  
Tłuszcze [g] 58  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 15  
Węglowodany [g] 250  
w tym cukry proste [g] 43  
Sód [g] 2  
Błonnik [g] 23

Dieta bezmięсна	
Śniadanie	Kasza manna na mleku 2%, kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., serek waniliowy ,jabłko
—	—
II Śniadanie	Sok wielowarzywny
Obiad	Rosół z makaronem, kotlety sojowe panierowany w jajku , surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kompot
—	—
Podwieczorek	Sok pomidorowy
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem 2% , chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł , twarożek ziołowy z cebulką, szczypiorkiem i śmietaną, pomarańcz

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1950  
Białko ogółem [g] 91  
Tłuszcze [g] 78  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30  
Węglowodany [g] 221  
w tym cukry proste [g] 49  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 25

Dieta cukrzycowa bezmleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, serdelek, jabłko</b>
—	—
Il Śniadanie	— Sok wielowarzywny
Obiad	<b>Rosół z makaronem, pęczak, filet z kurczaka gotowany w sosie własnym, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kompot bez cukru</b>
—	—
Podwieczorek	<b>Sok pomidorowy</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, blok mielony, liść sałaty</b>

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1905  
Białko ogółem [g] 89  
Tłuszcze [g] 73  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 22  
Węglowodany [g] 223  
w tym cukry proste [g] 41  
Sód [g] 2  
Błonnik [g] 27

Dieta cukrzycowa bezglutenowa	
Śniadanie	<b>Herbata bez cukru, wafle ryżowe, mix tt, jajo, jabłko</b>
—	—
Il Śniadanie	<b>Sok pomidorowy</b>
Obiad	<b>Ziemniaczana, gryczana , file z kurczaka gotowany z rosółem , surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kompot bez cukru</b>
—	—
Podwieczorek	<b>Chrupki kukurydziane</b>
Kolacja	<b>Herbata bez cukru, wafle ryżowe, schab gotowany, liść sałaty</b>

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1802  
Białko ogółem [g] 82  
Tłuszcze [g] 63  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 18  
Węglowodany [g] 227  
w tym cukry proste [g] 32  
Sód [g] 2  
Błonnik [g] 25

#### Wykaz składników alergicznych w jadłospisie :

**Mleko( łącznie z laktozą)** - kasza manna na mleku, mix ti, kawa zbożowa z mlekiem, serdelek, kielbasa suwalska mieszk. płynna, twarożek ziołowy z cebulą.

**Zboża zawierające gluten** - kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, filet z kurczaka w sosie własnym, kawa zbożowa z mlekiem, mieszanka płynna, kielbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, rosół z makaronem, kasza pęczak, serdelek, szynkowa

**Seler**- rosół, serdelek, szynkowa, blok mielony, kielbasa suwalska, szynkowa, serdelek .

**Soja i produkty pochodne** - wafle ryżowe, serdelek, kielbasa suwalska, blok mielony, szynkowa.

**Jajka** -rosół z makaronem, jajo gotowane.

## Piątek II

Dieta ogólna	
Śniadanie	<b>Płatki owsiane na mleku 2%, kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., jajo gotowane, serek topiony, gruszka.</b>
Obiad	<b>Pomidorowa, kasza jęczmienna, smażony kotlet rybny z warzywami, fasolka szparagowa na parze, kompot</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2%, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł, ser biały półtłusty, pomidor</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2105  
 Białko ogółem [g] 93  
 Tłuszcze [g] 81  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 29  
 Węglowodany [g] 251  
 w tym cukry proste [g]45  
 Sód [g] 2,2  
 Błonnik [g] 26

Dieta cukrzycowa	
Śniadanie	<b>Płatki owsiane na mleku 2% , kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, mix tł., jajo gotowane, ogórek</b>
II Śniadanie	<b>Sok pomidorowy</b>
Obiad	<b>Pomidorowa bez śmietany, kasza jęczmienna, pulpet rybny z warzywami, fasolka szparagowa na parze, kompot bez cukru</b>
Podwieczorek	<b>Chleb razowy, blok mielony</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, mix tł, ser biały półtłusty, pomidor</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1982  
 Białko ogółem [g] 92  
 Tłuszcze [g] 72  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 24  
 Węglowodany [g] 241  
 w tym cukry proste [g] 36  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g] 27

Dieta bezmleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, jajo gotowane, gruszka</b>
II Śniadanie	<b>Sok pomidorowy</b>
Obiad	<b>Pomidorowa bez śmietany, kasza jęczmienna, pulpet gotowany, fasolka szparagowa na parze, kompot</b>
Podwieczorek	<b>Chleb razowy, blok mielony</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, szynkowa, pomidor</b>

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1885  
Białko ogółem [g] 91  
Tłuszcze [g] 73  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 24  
Węglowodany [g] 216  
w tym cukry proste [g]42  
Sód [g] 2  
Błonnik [g] 27

Dieta bezglutenowa	
Śniadanie	<b>Herbata, chleb bezglutenowy, mix tł, jajo gotowane, gruszka</b>
II Śniadanie	Sok pomidorowy
Obiad	<b>Pomidorowa z ryżem, ziemniaki, schab gotowany w rosole , fasolka szparagowa na parze, kompot</b>
Podwieczorek	<b>Wafle ryżowe</b>
Kolacja	<b>Herbata, chleb bezglutenowy, mix tł., kurczak gotowany, pomidor</b>

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1800  
Białko ogółem [g] 85  
Tłuszcze [g] 71  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 18  
Węglowodany [g] 206  
w tym cukry proste [g]33  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 28

Dieta bezglutenowa bezmleczna	
Śniadanie	<b>Herbata, chleb bezglutenowy, jajo gotowane, gruszka</b>
II Śniadanie	Sok pomidorowy
Obiad	<b>Pomidorowa bez śmietany, ziemniaki, schab gotowany, fasolka szparagowa na parze, kompot</b>
Podwieczorek	<b>Wafle ryżowe</b>
Kolacja	<b>Herbata, chleb bezglutenowy, kurczak gotowany, pomidor</b>

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1803  
Białko ogółem [g] 85  
Tłuszcze [g] 69  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 17  
Węglowodany [g] 245  
w tym cukry proste [g]32  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 28

Dieta bezmięсна	
Śniadanie	<b>Płatki owsiane na mleku 2% , kawa zbożowa bez cukru , chleb razowy, mix tł., jajo gotowane, gruszka</b>
II Śniadanie	Sok pomidorowy
Obiad	<b>Pomidorowa , kasza jęczmienna, pulpet rybny z warzywami, fasolka szparagowa na parze, kompot bez cukru</b>
Podwieczorek	Wafle ryżowe
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru , chleb razowy, mix tł, ser biały półtłusty, pomidor</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1980  
 Białko ogółem [g] 87  
 Tłuszcze [g] 80  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 26  
 Węglowodany [g] 228  
 w tym cukry proste [g] 37  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 27

Dieta cukrzycowa bezmleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, jajo gotowane, ogórek</b>
II Śniadanie	Sok pomidorowy
Obiad	<b>Pomidorowa bez śmietany, kasza jęczmienna, pulpet rybny z warzywami, fasolka szparagowa na parze, kompot bez cukru</b>
Podwieczorek	Chleb razowy, blok mielony
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, kurczak gotowany, pomidor</b>

Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1802  
 Białko ogółem [g] 90  
 Tłuszcze [g] 71  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 23  
 Węglowodany [g] 201  
 w tym cukry proste [g] 33  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g] 27

Dieta cukrzycowa bezglutenowa	
Śniadanie	<b>Herbata bez cukru, chleb bezglutenowy, mix tł, jajo gotowane, ogórek</b>
II Śniadanie	Sok pomidorowy
Obiad	<b>Pomidorowa z ryżem, ziemniaki, schab gotowany, fasolka szparagowa na parze, kompot bez cukru</b>
Podwieczorek	Wafle ryżowe
Kolacja	Herbata bez cukru, chleb bezglutenowy, kurczak gotowany, pomidor

### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1810 .  
Białko ogółem [g] 89  
Tłuszcze [g] 70  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 22  
Węglowodany [g] 206  
w tym cukry proste [g] 26  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 26

### Wykaz składników alergennych: w jadalospisie:

**Mleko** (łącznie z laktozą) - płatki owsiane na mleku, zupa obiadowa, pomidorowa, mix tl.,kawa zbożowa z mlekiem, ser biały, serek topiony  
**Zboża zawierające gluten**- płatki owsiane na mleku, pieczywo, kasza jęczmienna, pomidorowa, burger rybny, klopsik rybny, biszkopty, kawa zbożowa z mlekiem, mieszanka mleczna, szynkowa  
**Seler**- zupa pomidorowa, burger rybny, klopsik rybny  
**Soja i produkty pochodne** -wafle ryżowe, burger rybny, klopsik rybny  
**Jajo-jajo got.** biszkopty, pasta jajeczna  
**Ryby**-burger rybny, klopsik rybny

## Sobota II

Dieta ogólna	
Śniadanie	<b>Kasza manna na mleku 2%, kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tl., pasztet, szynkowa, jabłko.</b>
Obiad	<b>Zupa chłopska, kasza pęczak, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym , surówka z kiszzonego ogórka, kisiel do picia</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2%, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tl, konserwa suwalska, surówka z kapusty pekińskiej z sosem winegret</b>

### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2085  
Białko ogółem [g] 82  
Tłuszcze [g]75  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 27  
Węglowodany [g] 270  
w tym cukry proste [g] 46  
Sód [g] 2  
Błonnik [g]26

Dieta cukrzycowa	
Śniadanie	<b>Kasza manna na mleku 2%, kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, mix tl., pasztet, jabłko</b>
II Śniadanie	<b>Fasolka szparagowa gotowana</b>
Obiad	<b>Zupa chłopska bez śmietany, kasza pęczak, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym, surówka z kiszzonego ogórka, kisiel do picia bez cukru</b>
Podwieczorek	<b>Sok wielowarzywny</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, mix tl, konserwa suwalska ,liść sałaty</b>

### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1995  
Białko ogółem [g] 88  
Tłuszcze [g]68  
w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 24  
Węglowodany [g] 258  
w tym cukry proste [g] 41  
Sód [g] 2,1  
Błonnik [g] 28

Dieta bezmleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa , chleb zwykły, bułka pszenna, paszтет, jabłko</b>
II Śniadanie	Fasolka szparagowa gotowana
Obiad	<b>Zupa chłopska bez śmietany , kasza pęczak, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym, surówka z kiszzonego ogórka, kisiel do picia</b>
Podwieczorek	Sok wielowarzywny
Kolacja	<b>Kawa zbożowa, chleb zwykły, bułka pszenna, konserwa suwalska, liść sałaty</b>

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 2010  
 Białko ogółem [g] 84  
 Tłuszcze [g] 76  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 27  
 Węglowodany [g] 248  
 w tym cukry proste [g] 45  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g] 26

Dieta bezglutenowa	
Śniadanie	<b>Herbata bez cukru, wafle ryżowe , mix tł. , ser biały, jabłko</b>
II Śniadanie	Fasolka szparagowa gotowana
Obiad	<b>Zupa ziemniaczana, ziemniaki, kurczak gotowany w rosole - udo, surówka z kapusty pekińskiej, kisiel do picia</b>
Podwieczorek	Sok wielowarzywny
Kolacja	<b>Herbata bez cukru, wafle ryżowe, mix tł., schab gotowany, liść sałaty</b>

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1850  
 Białko ogółem [g] 82  
 Tłuszcze [g] 70  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 24  
 Węglowodany [g] 223  
 w tym cukry proste [g] 42  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g] 26

Dieta wysokobiałkowa	
Śniadanie	<b>Kasza manna na mleku 2%, kawa zbożowa , chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., paszтет , musztarda, jabłko</b>
II Śniadanie	Fasolka szparagowa gotowana
Obiad	<b>Zupa chłopska, kasza pęczak, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym, surówka z kapusty pekińskiej, kisiel do picia</b>
Podwieczorek	Sok wielowarzywny
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2%, chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł, konserwa suwalska ,liść sałaty</b>

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 2080  
 Białko ogółem [g] 101  
 Tłuszcze [g]73  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 27  
 Węglowodany [g] 255  
 w tym cukry proste [g] 46  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g]26

Dieta bezmięсна	
Śniadanie	<b>Kasza manna na mleku 2%, kawa zbożowa , chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł., jajo gotowane, jablko</b>
II Śniadanie	Fasolka szparagowa gotowana
Obiad	<b>Zupa chłopska, kasza pęczak, kopytka z maselkiem , surówka z kapusty pekińskiej, kisiel do picia</b>
Podwieczorek	Sok wielowarzywny
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2% , chleb zwykły, bułka pszenna, mix tł , ser biały, liść sałaty</b>

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 2025  
 Białko ogółem [g] 79  
 Tłuszcze [g] 73  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 25  
 Węglowodany [g] 263  
 w tym cukry proste [g] 45  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g]25

Dieta bezglutenowa bezmleczna	
Śniadanie	<b>Herbata, wafle ryżowe, jajo, jablko</b>
II Śniadanie	Fasolka szparagowa gotowana
Obiad	<b>Zupa ziemniaczana, ziemniaki, gotowane udko z kurczaka , surówka z kapusty pekińskiej, kisiel do picia</b>
Podwieczorek	Sok wielowarzywny
Kolacja	<b>Herbata, wafle ryżowe, schab gotowany, liść sałaty</b>

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 1824  
 Białko ogółem [g] 80  
 Tłuszcze [g] 69  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 22  
 Węglowodany [g] 255  
 w tym cukry proste [g] 38  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g]24

Dieta cukrzycowa bezmleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa bez cukru , chleb razowy, paszтет, jablko</b>
II Śniadanie	Fasolka szparagowa gotowana

Obiad	<b>Zupa chłopska bez śmietany</b> , kasza pęczak, <b>gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym</b> , surówka z kiszzonego ogórka, kisiel do picia bez cukru
Podwieczorek	Sok wielowarzywny
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru</b> , <b>chleb razowy</b> , <b>konserwa suwalska</b> , liść sałaty

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1820  
 Białko ogółem [g] 83  
 Tłuszcze [g] 72  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 22  
 Węglowodany [g] 210  
 w tym cukry proste [g] 36  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g] 26

Dieta bezglutenowa	
Śniadanie	<b>Herbata bez cukru</b> , <b>wafle ryżowe</b> , <b>mix tł.</b> , <b>ser biały</b> . <b>jabłko</b>
II Śniadanie	Fasolka szparagowa gotowana
Obiad	<b>Zupa ziemniaczana</b> , ziemniaki, <b>gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym</b> , surówka z kapusty pekińskiej, kisiel do picia
Podwieczorek	Sok wielowarzywny
Kolacja	<b>Herbata bez cukru</b> , <b>wafle ryżowe</b> , <b>mix tł</b> , <b>schab gotowany</b> , liść sałaty

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1810  
 Białko ogółem [g] 84  
 Tłuszcze [g] 68  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 20  
 Węglowodany [g] 215  
 w tym cukry proste [g] 41  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 25

#### Wykaz składników alergennych w jadłospisie :

**Mleko (łącznie z laktozą)** - kasza manna na mleku ,mieszanka płynna, mix tł.; kawa zbożowa z mlekiem, zupa chłopska, ser biały półtłusty, ser żółty, serdelek, konserwa suwalska, paszтет wp.

**Zboża zawierające gluten**-kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, mieszanka płynna, serdelek, konserwa suwalska, paszтет wp. marchewka oproszona, salceson, szynkowa

**Seler**- zupa chłopska , serdelek, konserwa suwalska, paszтет wp., gotowane udo z kurczaka, szynkowa.

**Soja i produkty pochodne** -wafle ryżowe, serdelek, konserwa suwalska, paszтет wp.

**Gorczyca**- serdelek, konserwa suwalska, paszтет wp.

## Niedziela II

Dieta ogólna	
Śniadanie	<b>Makaron na mleku 2%</b> , <b>kawa zbożowa</b> , <b>chleb zwykły</b> , <b>masło</b> , <b>mix</b> , <b>ser biały</b> , <b>ser żółty</b> , jabłko.
Obiad	<b>Krupnik</b> , kasza jęczmienna, <b>pulpet indyczy z sosem</b> , surówka z buraczków, kisiel do picia.
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2%</b> , <b>chleb zwykły</b> , <b>mix tł</b> , <b>blok mielony</b> , ogórek.

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1980  
 Białko ogółem [g] 75  
 Tłuszcze [g] 65  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 24  
 Węglowodany [g] 251  
 w tym cukry proste [g] 45  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g] 25

Dieta cukrzycowa	
Śniadanie	<b>Makaron na mleku 2%, kawa zbożowa bez cukru, chleb razowy, mix tt., krakowska, jablko.</b>
II Śniadanie	<b>Chleb razowy, krakowska</b>
Obiad	<b>Krupnik, kasza jęczmienna, pulpet indyczy z sosem, surówka z buraczków, kisiel do picia bez cukru.</b>
Podwieczorek	Jablko
Kolacja	<b>Kawa zbożowa bez cukru , chleb razowy, mix tt, blok mielony, ogórek.</b>

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1920  
 Białko ogółem [g] 78  
 Tłuszcze [g] 64  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 20  
 Węglowodany [g] 270  
 w tym cukry proste [g] 36  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 28

Dieta bezmleczna	
Śniadanie	<b>Kawa zbożowa, chleb zwykły, krakowska, jablko.</b>
II Śniadanie	<b>Chleb razowy, krakowska</b>
Obiad	<b>Krupnik, kasza jęczmienna, pulpet indyczy z sosem, surówka z buraczków, kisiel do picia</b>
Podwieczorek	jablko
Kolacja	<b>Kawa zbożowa, chleb zwykły, blok mielony, liść sałaty</b>

#### Wartości dzienne

Wartość energetyczna [ kcal] 1880  
 Białko ogółem [g] 65  
 Tłuszcze [g] 62  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 20  
 Węglowodany [g] 265,5  
 w tym cukry proste [g] 40  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g] 26

Dieta bezglutenowa	
Śniadanie	<b>Herbata, wafle ryżowe, mix tt, ser biały, dżem, jablko.</b>
II Śniadanie	Chrupki kukurydziane.
Obiad	<b>Ziemniaczana bez śmietany, ziemniaki, schab wieprzowy w rosole, buraczki, kisiel do picia.</b>
Podwieczorek	<b>Wafle ryżowe</b>
Kolacja	<b>Herbata, wafle ryżowe, mix tt., schab gotowany, liść sałaty</b>

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 1815  
 Białko ogółem [g] 74  
 Tłuszcze [g] 62  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 20  
 Węglowodany [g] 240  
 w tym cukry proste [g] 41  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 24

Dieta wysokobiałkowa	
Śniadanie — II Śniadanie	<b>Makaron na mleku 2%, kawa zbożowa , chleb zwykły , masło mix , ser żółty, jabłko</b>  <b>Chleb razowy, krakowska</b>
Obiad — Podwieczorek	<b>Krupnik, kasza jęczmienna, pulpet indyjski z sosem pietruszkowym , surówka z buraczków, kisiel do picia bez cukru</b>  <b>Jabłko.</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2 % , chleb zwykły, mix tł, blok mielony, liść sałaty</b>

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 2014  
 Białko ogółem [g] 99  
 Tłuszcze [g] 81  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 28  
 Węglowodany [g] 222  
 w tym cukry proste [g] 45  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 26

Dieta bezmięсна	
Śniadanie — II Śniadanie	<b>Makaron na mleku 2%, kawa zbożowa, chleb zwykły, masło mix, ser żółty, jabłko.</b>  <b>Wafle ryżowe</b>
Obiad — Podwieczorek	<b>Krupnik, knedle z owocami, kisiel do picia.</b>  <b>Jabłko.</b>
Kolacja	<b>Kawa zbożowa z mlekiem 2 % , chleb zwykły, mix tł, serek topiony, liść sałaty</b>

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 1940  
 Białko ogółem [g] 79  
 Tłuszcze [g] 802  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 30  
 Węglowodany [g]  
 w tym cukry proste [g] 50  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g] 25

Dieta cukrzycowa bezmleczna	
Śniadanie — II Śniadanie	Herbata bez cukru, <b>chleb razowy, kurczak gotowany, liść sałaty.</b>  <b>Wafle ryżowe</b>

Obiad	<b>Zupa z zielonego groszku bez śmietany, kasza jęczmienna, filet kurczący gotowany w sosie, surówka z kapusty pekińskiej, kisiel do picia bez cukru .</b>
Podwieczorek	<b>Sok warzywny.</b>
Kolacja	Herbata bez cukru, <b>chleb razowy, szynkowa, sałatka jarzynowa.</b>

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 1845  
 Białko ogółem [g] 86  
 Tłuszcze [g]68  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 19  
 Węglowodany [g] 222  
 w tym cukry proste [g] 32  
 Sód [g] 2,1  
 Błonnik [g] 27

Dieta cukrzycowa bezglutenowa	
Śniadanie	Herbata bez cukru, <b>wafle ryżowe, twaróg</b> , liść sałaty
II Śniadanie	<b>Wafle ryżowe.</b>
Obiad	<b>Zupa z zielonego groszku bez śmietany, ziemniaki, filet kurczący gotowany, surówka z kapusty pekińskiej, kisiel do picia bez cukru.</b>
Podwieczorek	<b>Sok pomidorowy.</b>
Kolacja	Herbata bez cukru, <b>wafle ryżowe, mix tł .</b> , schab gotowany,liść sałaty

**Wartości dzienne**

Wartość energetyczna [ kcal] 1820  
 Białko ogółem [g] 85  
 Tłuszcze [g] 62  
 w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 17  
 Węglowodany [g] 230  
 w tym cukry proste [g] 31  
 Sód [g] 2  
 Błonnik [g]26

**Wykaz składników alergennych: w jadłospisie:**

**Mleko (łącznie z laktozą)** -makaron na mleku, krupnik, mix tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, mieszanka płynna, wędliny: krakowska, blok mielony

**Zboża zawierające gluten**-makaron na mleku, pieczywo , krupnik, pulpet z Indyka, kawa zbożowa z mlekiem, kotlety ziemni, herbatniki, mieszanka płynna, kawa zbożowa, wędliny: krakowska, blok mielony, makaron

**Seler**-krupnik, wędliny: blok mielony, krakowska

**Soja i produkty pochodne** -wafle ryżowe, Wędliny: krakowska, blok mielony

**Jaja** - jaja