

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 13.03.2024 Obiad Podwieczerek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartości odżywcze: 2298.68 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 312.63 g; Cukry proste: 42.94 g; Sód: 1502.95 mg; Błonnik pokarmowy: 34.09 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko,Płatki owsiane), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 30g, Rzodkiewka 30g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Ogórkowa 400ml(ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Roladka z szynki z papryką 90g(szynka wp, papryka, mąka) Brokuł gotowany 150g, Kasza jęczmienna 150g, Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) Kisiel płynny 250g (Kisiel, cukier) Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i></p>	<p>Chleb balt. 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g , Pasta z mintaja 60g (mintaj, marchew, koncentrat pomid., natka pietruszki), Baleron drobiowy 30g, Pomidor 80g, Szczypior 3g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyc, ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Wartości odżywcze: Energia : 2105.75 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Cukry proste: 18.55 g; Sód: 1395.70 mg; Błonnik pokarmowy: 35.67 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko,Płatki owsiane), Chleb razowy 75g, Masło 15g , Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 30g, Rzodkiewka 30g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, ,Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Sok Pomidorowy 330ml</p>	<p>Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mąka) Roladka z szynki z papryką 90g(szynka wp, papryka, mąka) Brokuł gotowany 150g, Kasza jęczmienna 150g, Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) Kisiel płynny 250g (Kisiel)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i></p> <p>Pod: Sałatka Caprese 150g (Pomidor, ser mozarella, olej, bazylija)</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb razowy 75g, Masło 15g, Pasta z mintaja 60g (mintaj, marchew, koncentrat pomid., natka pietruszki), Baleron drobiowy 30g, Pomidor 80g, Szczypior 3g, Herbata 250ml (Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb razowy 30g, Masło 10g, Ser tostowy 20g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 13.03.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekko strawna Wartości odżywcze: Energia : 2053.09 kcal; Białko ogółem: 70.57 g; Tłuszcz: 47.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 313.01 g; Cukry proste: 56.82 g; Sód: 1896.93 mg; Błonnik pokarmowy: 34.07 g;		
Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko,Płatki owsiane), Chleb balt. 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Sałatka z cukinii 80g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier,Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mąka) Bitka wieprzowa gotowana 90g (bitka wieprzowa, mąka pszena) Kasza jęczmienna 150g, Jarzynka gotowana 150g (marchew pietruszka, seler, mąka) Kisiel płynny 250g (Kisiel, cukier) Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i>	Chleb balt. 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g, Pasta z mintaja 60g (mintaj, marchew, koncentrat pomid., natka pietruszki), Baleron drobiowy 30g, Mus z dynii i jabłka 80g, , Herbata 250ml (cukier, Herbata) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyc, ryby</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna mielona Wartości odżywcze: Energia : 2079.37 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz: 53.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 312.34 g; Cukry proste: 56.19 g; Sód: 1929.89 mg; Błonnik pokarmowy: 35.14 g;		
Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko,Płatki owsiane), Chleb balt. 100g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Sałatka z cukinii 80g, Serek tartare 20g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier,Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> II Śniadanie: Chrupki 30g	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mąka) Klopsik wieprzowy 90g (łopatka wp, Chleb pszenny, bułka tarta, , olej, jaja) Ziemniaki 150g, Jarzynka gotowana 150g (marchew pietruszka, seler, mąka) Kisiel płynny 250g (Kisiel, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,jaja</i> Pod: Biszkopty 30g <i>*alergeny : gluten, jaja</i>	Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pasta z mintaja 60g (mintaj, marchew, koncentrat pomid., natka pietruszki), Baleron drobiowy 30g, Mus z dynii i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartości odżywcze: Energia : 2089.79 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 318.12 g; Cukry proste: 57.10 g; Sód: 1715.88 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;		
Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko,Płatki owsiane), Chleb balt. 70g, Chleb razowy 30g Masło 10g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Sałatka z cukinii 80g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier,Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mąka) Bitka wieprzowa gotowana 90g (bitka wieprzowa, mąka pszena) Kasza jęczmienna 150g, Jarzynka gotowana 150g (marchew pietruszka, seler, mąka) Kisiel płynny 250g (Kisiel, cukier) Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i>	Chleb balt. 70g, Chleb razowy 30g, Masło 10g, Pasta z mintaja 60g (mintaj, marchew, koncentrat pomid., natka pietruszki), Baleron drobiowy 30g, Mus z dynii i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , ryby</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 13.03.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartości odżywcze: Energia : 1974.89 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; Cukry proste: 55.23 g; Sód: 1717.38 mg; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 150ml(mleko,Płatki owsiane), Chleb balt. 50g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Ziemniaczanka z natką pietruszki 200ml (ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mąka) Klopsik wieprzowy 90g (łopatka wp, Chleb pszenny, bulka tarta, , olej, jaja) Ziemniaki 80g, Jarzynka gotowana 150g (marchew pietruszka, seler, mąka) Kisiel płynny 250g (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i></p> <p>Podwieczorek: Biskopki 30g <i>*alergeny : gluten, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Pasta z mintaja 60g (mintaj, marchew, koncentrat pomid., natka pietruszki), Baleron drobiowy 30g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartości odżywcze: Energia : 2369.78 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 49.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; Cukry proste: 52.81 g; Sód: 1545.05 mg; Błonnik pokarmowy: 34.18 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko,Płatki owsiane), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 30g, Rzodkiewka 30g, Kawa zbożowa 250ml (mleko, cukier,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Ogórkowa 400ml(ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Roladka z szynki z papryką 90g(szynka wp, papryka, mąka) Brokuł gotowany 150g, Kasza jęczmienna 150g, Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) Kisiel płynny 250g (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler ,</i></p> <p>Podwieczorek: Biskopki 30g <i>*alergeny : gluten, jaja</i></p>	<p>Chleb balt. 70g, Chleb razowy 30g, Masło 15g Pasta z mintaja 60g (mintaj, marchew, koncentrat pomid., natka pietruszki), Baleron drobiowy 30g, Pomidor 80g, Szczypior 3g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>