

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 19.03.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2308.78 kcal; Białko ogółem: 114.63 g; Tłuszcz: 63.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.63 g; Węglowodany ogółem: 309.64 g; Cukry proste: 45.19 g; Sód: 1680.99 mg; Błonnik pokarmowy: 31.64 g;		
<p>Manna na mleku 300 ml(mleko, kasza manna), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Pasta z twarogu i tuńczyka 60g, Baleron drobiowy 30g, Sałatka z białej rzodkwi ze szczypiorkiem 80g(biała rzodkiew, mix sałat, jogurt naturalny, szczypior), Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryby</i></p>	<p>Lane ciasto na wywarze 400ml (Marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko ćw. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) Sos jarzynowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Ryż brązowy 150g, Surówka z marchwi i pora 150g (Marchew, por, olej) Kisiel płynny 250ml(cukier, Kisiel owocowy) Pomarańcza 150g</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>
Dieta cukrzycowa Energia : 2353.78 kcal; Białko ogółem: 119.80 g; Tłuszcz: 75.17 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 263.95 g; Cukry proste: 13.40 g; Sód: 1477.02 mg; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;		
<p>Manna na mleku 300 ml(mleko, kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Baleron drobiowy 30g, Sałatka z białej rzodkwi ze szczypiorkiem 80g(biała rzodkiew, mix sałat, jogurt naturalny, szczypior), Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Kalafior z pieca 150g</p>	<p>Lane ciasto na wywarze 400ml (Marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko ćw. dusz. 150g, Ryż brązowy 150g Surówka z marchwi i pora 150g (Marchew, por, olej) Sos jarzynowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Kisiel płynny 250ml(Kisiel owocowy)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Kefir 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser żółty 30g</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 19.03.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekkostrawna Energia : 2369.55 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 61.78 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 350.30 g; Cukry proste: 58.35 g; Sód: 1860.33 mg; Błonnik pokarmowy: 31.55 g;		
<p>Manna na mleku 300 ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Baleron drobiowy 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Lane ciasto na wywarze 400ml (Marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko ćw. dusz. 150g Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana 150g(Marchew, mąka, olej), Sos jarzynowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Kisiel płynny 250ml(cukier, Kisiel owocowy)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekkostrawna mielona Energia : 2379.32 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 340.11 g; Cukry proste: 58.23 g; Sód: 1477.66 mg; Błonnik pokarmowy: 31.00 g;		
<p>Manna na mleku 300 ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Baleron drobiowy 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Drożdżówka z dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Lane ciasto na wywarze 400ml (Marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Potrawka z kurczaka 150g(udko ćwiartka, marchew, seler, pietruszka, mąka) Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana 150g(Marchew, mąka, olej), Kisiel płynny 250ml(cukier, Kisiel owocowy)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Kefir 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa Energia : 2254.79 kcal; Białko ogółem: 150.65 g; Tłuszcz: 57.29 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.80 g; Węglowodany ogółem: 333.46 g; Cukry proste: 50.39 g; Sód: 1444.89 mg; Błonnik pokarmowy: 31.15 g;		
<p>Manna na mleku 300 ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 10g, Twaróg z jogurtem 60g, Baleron drobiowy 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Lane ciasto na wywarze 400ml (Marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko ćw. dusz. 150g Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana 150g(Marchew, mąka, olej), Sos jarzynowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Kisiel płynny 250ml(cukier, Kisiel owocowy)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 19.03.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Energia : 1957.85 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.29 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; Cukry proste: 57.79 g; Sód: 1561.57 mg; Błonnik pokarmowy: 22.71 g;		
<p>Manna na mleku 150 ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 50g Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Baleron drobiowy 30g, Salátka z białej rzodkwi ze szczypiorkiem 80g(biała rzodkiew, mix sałat, jogurt naturalny, szczypior), Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Drożdżówka z dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Lane ciasto na wywarze 200ml (Marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Potrawka z kurczaka 150g(udko ćwiartka, marchew, seler, pietruszka, mąka) Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana 150g(Marchew, mąka, olej), Kisiel płynny 250ml(cukier, Kisiel owocowy)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Ogórek świeży 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Energia : 2361.68 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 336.93 g; Cukry proste: 57.80 g; Sód: 1640.59 mg; Błonnik pokarmowy: 33.80 g;		
<p>Manna na mleku 300 ml(mleko, kasza manna), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g. Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Baleron drobiowy 30g, Salátka z białej rzodkwi ze szczypiorkiem 80g(biała rzodkiew, mix sałat, jogurt naturalny, szczypior), Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Drożdżówka z dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Lane ciasto na wywarze 400ml (Marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko ćw. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) Sos jarzynowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Ryż brązowy 150g, Surówka z marchwi i pora 150g (Marchew, por, olej) Kisiel płynny 250ml(cukier, Kisiel owocowy)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>