

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 22.03.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2366.94 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; Cukry proste: 40.16 g; Sód: 1628.56 mg; Błonnik pokarmowy: 31.84 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Kielbasa krakowska 30g, Oliwki zielone 30g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza smażony 90g (dorsz, bulka tarta, olej, jajka,) Ziemniaki 150g, Kisiel płynny z/c 250ml (Kisiel, cukier) Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, jabłko, marchew, cebula, olej) Jabłko 150g</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Paszтет drobiowy 50g, Serek Hochland twarogowy 30g, Ćwikła z chrzanem 50g, Mix sałat 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Energia : 2351.34 kcal; Białko ogółem: 117.21 g; Tłuszcz: 83.68 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 307.48 g; Cukry proste: 16.99 g; Sód: 1583.22 mg; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb graham 75g, Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Kielbasa krakowska 30g, Oliwki zielone 30g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g(maślanka, jogurt naturalny truskawki) <i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza z pieca 90g, Ziemniaki 150g, Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, jabłko, marchew, cebula, olej) Kisiel płynny b/c 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Zapiekanek brokułowa z masłem 150g (makaron pszenny, ser żółty, brokuł, masło) <i>*alergeny: mleko, gluten, jaja</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Serek Hochland twarogowy 30g Ćwikła z chrzanem 50g, Mix sałat 30g, Herbata 250ml (Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Pasta drobiowa 30g</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 22.03.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekkostrawna Energia : 2276.60 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g; Cukry proste: 44.78 g; Sód: 1347.05 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Kielbasa krakowska 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza z pieca 90g, Ziemniaki 150g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, olej, mąka) Kisiel płynny z/c 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta drobiowo-warzywna 60g (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, natka pietruszki), Serek Hochland twarogowy 30g Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekkostrawna mielona Energia : 2140.05 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 340.96 g; Cukry proste: 55.18 g; Sód: 963.28 mg; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Kielbasa krakowska 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: Koktajl truskawkowy 200g(maślanka, jogurt naturalny truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Pulpet rybny 90g (dorsz., bulka tarta, marchew, seler, pietruszka, Jajko) Ziemniaki 150g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, olej, mąka) Kisiel płynny z/c 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, jaja, mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Pasta drobiowo-warzywna 60g (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, natka pietruszki), Serek Hochland twarogowy 30g Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa Energia : 2214.26 kcal; Białko ogółem: 116.63 g; Tłuszcz: 43.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; Cukry proste: 49.97 g; Sód: 1069.60 mg; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 10g, Mus z jabłka 80g, Kielbasa krakowska 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza z pieca 90g, Ziemniaki 150g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, olej, mąka) Kisiel płynny z/c 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 10g, Pasta drobiowo-warzywna 60g (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, natka pietruszki), Serek Hochland twarogowy 30g Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 22.03.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Energia : 1907.01 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 57.44 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 323.31 g; Cukry proste: 46.77 g; Sód: 1041.66 mg; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 150ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 50g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Kielbasa krakowska 30g, Mus z jabłka 80g, Masło 15g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g(maślanka, jogurt naturalny truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 200 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietr. Pulpet rybny 90g (dorsz., bulka tarta, marchew, seler, pietruszka, Jajko) Ziemniaki 80g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, olej, mąka) Kisiel płynny z/c 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt <i>*alergeny: gluten, jaja, mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Pasta drobiowo-warzywna 60g (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, natka pietruszki), Serek Hochland twarogowy 30g Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Energia : 23463.94 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Cukry proste: 47.76 g; Sód: 1728.56 mg; Błonnik pokarmowy: 33.64 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Oliwki zielone 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g(maślanka, jogurt naturalny truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza smażony 90g (dorsz, bulka tarta, olej, jajka Surówka z kapusty kiszzonej 150g (kapusta kiszona, jabłko, marchew, cebula, olej) Ziemniaki 150g, Kisiel płynny z/c 250ml (Kisiel, cukier),</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt <i>*alergeny: gluten, jaja, mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Serek Hochland twarogowy 30g, Ćwikła z chrzanem 50g, Mix sałat 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>