

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 23.03.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Energia : 2359.04 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; Cukry proste: 45.71 g; Sód: 1665.14 mg; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;		
<p><b>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny)</b>  <b>Chleb baltonowski 70g,Chleb graham30g, Masło 15g Serek wiejski 60g, Polędwica sopocka 30g, Papryka 30g, Mus z dyni i jabłka 50g , Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p><b>Barszcz biały z/śm 400 ml ( ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Bitka wp 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) Kasza jęczmienna 150g Sałatka z buraczków i cebuli 150g (burak,cebula, olej),Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) Mandarynka 1szt</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g</b>  <b>Pasta z ciecierzycy 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</b></p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Energia : 2304.17 kcal; Białko ogółem: 116.37 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 318.28 g; Cukry proste: 25.86 g; Sód: 1610.38 mg; Błonnik pokarmowy: 33.48 g;		
<p><b>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny)</b>  <b>Chleb graham 75g, Masło 15g Serek wiejski 60g, Polędwica sopocka 30g, Papryka 30g, Mus z dyni i jabłka 50g ,Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko),</b></p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt</p>	<p><b>Barszcz biały z/śm 400 ml ( ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Bitka wp 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) Kasza jęczmienna 150g Sałatka z buraczków i jabłka 150g (burak, Jabłko, olej),Kompot truskawkowy 250ml (truskawki,)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p><b>Pod: Budyń waniliowy b/c 200g (mleko, budyń waniliowy)</b></p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p><b>Chleb graham 75g, Masło 15g</b> Pasta z ciecierzycy 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g, Herbata 250ml (Herbata),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Chleb graham 30g, Masło 10g, Twaróg 60g</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 23.03.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekkostrawna Energia : 2352.11 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 352.64 g; Cukry proste: 51.84 g; Sód: 1995.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g,Chleb graham30g, Serek wiejski 60g, Połędwica sopocka 30g, Mus z dyni i jabłka 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz biały b/śm 400 ml ( ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., połędwica miód., mąka, mleko) Bitka wp 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) Kasza jęczmienna 150g Sałatka z buraczków i jabłka 150g (burak, Jabłko, olej),Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Szynka z piersi kurczaka 60g, Miód 25g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekkostrawna mielona Energia : 2218.49 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 345.54 g; Cukry proste: 51.51 g; Sód: 1747.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 100g, Serek wiejski 60g, Połędwica sopocka 30g, Mus z dyni i jabłka 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Biskopity 30g</p> <p><i>*alergeny : gluten, mleko</i></p>	<p>Barszcz biały b/śm 400 ml ( ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., połędwica miód., mąka, mleko) Klopsik wp 90g (szynka b/k, jajko, bułka tarta, Chleb pszenny, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) ziemniaki 150g, Sałatka z buraczków i jabłka 150g (burak, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy z/c 200g (mleko, budyń waniliowy, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g Szynka z piersi kurczaka 60g, Miód 25g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa Energia : 2230.59 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 356.59 g; Cukry proste: 51.36 g; Sód: 1898.15 mg; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g,Chleb graham 30g, Serek wiejski 60g, Połędwica sopocka 30g, Mus z dyni i jabłka 80g, Masło 10g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten</i></p>	<p>Barszcz biały b/śm 400 ml ( ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., połędwica miód., mąka, mleko) Bitka wp 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) Kasza jęczmienna 150g Sałatka z buraczków i jabłka 150g (burak, Jabłko, olej),Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 10g Szynka z piersi kurczaka 60g, Miód 25g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 23.03.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>		
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 2044.97 kcal; Białko ogółem: 80.28 g; Tłuszcz: 46.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 309.72 g; Cukry proste: 53.81 g; Sód: 1498.65 mg; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;		
<p>Makaron na mleku 150ml( mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 50g, Serek wiejski 60g, Polędwica sopocka 30g, Mus z dyni i jabłka 80g , Masło 15g Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Mandarynka 1szt</p>	<p>Barszcz biały z/śm 200 ml ( ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Klopsik wp 90g (szynka b/k, jajko, bułka tarta, Chleb pszenny, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) ziemniaki 80g, Sałatka z buraczków i jabłka 150g (burak, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy z/c 200g (mleko, budyń waniliowy, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g Masło 15g Szynka z piersi kurczaka 60g, Miód 25g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Energia : 2374.13 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 386.55 g; Cukry proste: 53.66 g; Sód: 1755.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml( mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g,Chleb graham30g, Masło 15g Serek wiejski 60g, Polędwica sopocka 30g, Papryka 30g, Mus z dyni i jabłka 50g , Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Mandarynka 1szt</p>	<p>Barszcz biały z/śm 400 ml ( ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Bitka wp 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) Kasza jęczmienna 150g Sałatka z buraczków i cebuli 150g (burak, cebula., olej),Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy z/c 200g (mleko, budyń waniliowy, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Pasta z ciecierzycy 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Jadłospis na dzień sobota 23.03.2024</b> <b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posilek nocny</b>