

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 29.03.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2215,00 Białko:79,39 Tłuszcze:66,87 Kwasy tłuszczowe:25,58 Węglowodany:280,49 Cukry Proste:40,29 Sód:1763,64 Błonnik:30,37		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g Masło 15g , Twaróg z jogurtem naturalnym 60g(twaróg,jog nat) Krem orzechowy 20g, Rzodkiewka 30g, Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, orzechy</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietruszki), Śledź w śmietanie 230g(śledź solony, śmietana, jabłko, cebula) Ziemniaki gotowane 150g Kisiel płynny 250ml (kisiel,cukier) Pomarańcza 150g</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,soja,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g , Masło 15g , Ser żółty 60g, Miód 25g, Ćwikła z chrzanem 60g,Pomidorki koktajlowe 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2031,94 Białko:96,63 Tłuszcze:46,37 Kwasy tłuszczowe:15,41 Węglowodany:276,83 Cukry Proste:29,17 Sód:1212,68 Błonnik:35,56		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb graham 75g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g(twaróg,jog nat) Mus z jabłka 50g, Rzodkiewka 30g, Pomidor 50g,Kawa z mlekiem 250ml(mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sałatka z cykorii i kopru 100g (cykoria, marchew, olej, koper)</p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietruszki), Filet z dorsza z pieca 90g(dorsz, bulka tarta, mąka, jaja, olej) Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Herbata bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,soja,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Pod: Kefir 200ml <i>*alergeny : mleko</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g , Ser żółty 60g, Szyńka z piersi kurczaka 30g, Ćwikła z chrzanem 60g,Pomidorki koktajlowe 30g, Herbata b/c 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Chleb graham 30g, Masło 10g, Serek tartare 20g</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 29.03.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekko strawna Wartość kaloryczna:2087,65 Białko:85,88 Tłuszcze:50,49 Kwasy tłuszczowe:15,96 Węglowodany:329,63 Cukry Proste:48,70 Sód:1535,52 Błonnik:30,61		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g,Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g(twaróg,jog nat) Krem orzechowy 20g, Mus z jabłka 80g,Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, orzechy</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki), Filet z dorsza z pieca 90g(dorsz, bułka tarta, mąka, jaja, olej) Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kisiel płynny 250ml (kisiel,cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,soja,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser deliser 60g, Miód 25g, Sałatka z buraczków 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekko strawna mielona Wartość kaloryczna: 2062,60 Białko:76,50 Tłuszcze:51,46 Kwasy tłuszczowe:16,00 Węglowodany:317,83 Cukry Proste:47,98 Sód:1189,70 Błonnik:31,05		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb balt.100g ,Masło 15g , Twaróg z jogurtem naturalnym 60g(twaróg,jog nat) Krem orzechowy 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, orzechy</i></p> <p>II Śniadanie: Budyń waniliowy z/c 200</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki), Pulpet rybny 90g (mintaj, bułka tarta, marchewka,Chleb pszenny, seler, Masło, pietruszka), Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kisiel płynny 250ml (kisiel,cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,soja,seler, gorczyca, ryby, jaja</i> <i>Pod: Drożdżówka z Dżemem 1szt</i> <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski100g, Masło 15g, Szynka z piersi kurczaka 60g, Miód 25g, Sałatka z buraczków 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2018,46 Białko:91,18 Tłuszcze:32,77 Kwasy tłuszczowe:14,87 Węglowodany:380,68 Cukry Proste: 55,30 Sód:1304,98 Błonnik:31,11		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g,Masło 10g , Twaróg z jogurtem naturalnym 60g(twaróg,jog nat) Szynka z piersi kurczaka 30g, Mus z jabłka 80g , Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki), Filet z dorsza z pieca 90g(dorsz, bułka tarta, mąka, jaja, olej) Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kisiel płynny 250ml (kisiel,cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,soja,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser deliser 60g, Miód 25g,, Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 29.03.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1839,09 Białko:70,40 Tłuszcze:44,60 Kwasy tłuszczowe:15,78 Węglowodany:333,13 Cukry Proste:58,28 Sód:969,04 Błonnik:22,33		
<p>Ryż na mleku 150ml(mleko, Ryż biały), Chleb bałtonowski 50g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g(twaróg, jog nat) Krem orzechowy 20g, Pomidor 50g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, orzechy</i></p> <p>II Śniadanie Budyń waniliowy z/c 200</p> <p><i>*alergeny :mleko,gluten</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 200 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietruszki), Pulpet rybny 90g (mintaj, bułka tarta, marchewka, Chleb pszenny, seler, Masło, pietruszka), Ziemniaki gotowane 80g, Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kisiel płynny 250ml (kisiel,cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,soja,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Pod: Drożdżówka z Dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb bałtonowski 50g, Masło 15g, Ser deliser 60g, Miód 25g,, Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2388,32 Białko:102,21 Tłuszcze:51,85 Kwasy tłuszczowe:18,44 Węglowodany:333,32 Cukry Proste: 58,66 Sód:1130,85 Błonnik:31,47		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb bałtonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g(twaróg, jog nat) Krem orzechowy 20g, Rzodkiewka 30g, Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, orzechy</i></p> <p>II Śniadanie Budyń waniliowy z/c 200</p> <p><i>*alergeny : mleko,gluten</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietruszki), Filet z dorsza z pieca 90g(dorsz, bułka tarta, mąka, jaja, olej) Ziemniaki gotowane 150g, Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kisiel płynny 250ml (kisiel,cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,soja,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Pod: Drożdżówka z Dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb bałtonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser deliser 60g, Miód 25g, Ćwikła z chrzanem 60g, Pomidorki koktajlowe 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>