

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 31.03.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartość kaloryczna:2463,50 Bialko:115,09 Tluszcze:66,17 Kwasy tłuszczowe:22,55 Węglowodany:324,27 Cukry Proste:34,79 Sód:1370,03 Błonnik:32,68		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna)</b>  <b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g,</b>  <b>Jajko gotowane 50g, Szynka gotowana 30g, Ćwikła z chrzanem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) Babka piaskowa 50g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml</b> (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko ćw. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) <b>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g</b>(kapusta pekińska, marchew, majonez, kukurydza) <b>Sos jarzynowy 100ml</b> (marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml( owoce mrożone, cukier ) <b>Jogurt owocowy 100g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartość kaloryczna: 2387,04 Bialko:119,33 Tluszcze:74,81 Kwasy tłuszczowe:22,95 Węglowodany:294,34 Cukry Proste: 9,24 Sód:1379,10 Błonnik:32,37		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna)</b>  <b>Chleb graham 75g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g,</b>  <b>Szynka gotowana 30g, Ćwikła z chrzanem 80g Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa) Babka drożdżowa 50g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p><b>II Śniadanie :</b> Wafle ryżowe 20, Pomidor 50g, Twaróg 60g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml</b> (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko duszone 150g <b>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g</b>(kapusta pekińska, marchew, majonez, kukurydza) <b>Sos jarzynowy 100ml</b> (marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 150g, <b>Kompot z owoców mieszanych b/ c 250ml</b> ( owoce mrożone)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Sok Pomidorowy 330ml</p>	<p><b>Chleb graham 75g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Chleb graham 30g, Masło 10g, Połudwica sopocka 30g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 31.03.2024 Obiad Podwieczerek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta lekko strawna</b> Wartość kaloryczna:2345,03 Białko:118,91Tłuszcze:47,00 Kwasy tłuszczowe:19,96 Węglowodany:334,94 Cukry Proste:41,67 Sód:1567,54 Błonnik:31,34		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna)Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Szynka gotowana 30g, Sałatka z buraczków 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa) Babka piaskowa 50g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml</b> (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko duszone 150g <b>Jarzyńska gotowana 150g</b>(marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier) <b>Jogurt owocowy 100g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g (cukinia, marchew, koncentrat pomidorowy), Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta lekko strawna mielona</b> Wartość kaloryczna: 2273,15 Białko:109,72 Tłuszcze:46,03 Kwasy tłuszczowe:19,79 Węglowodany:330,79 Cukry Proste:41,16 Sód:1285,96 Błonnik:31,06		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 50g, Szynka gotowana 30g, Sałatka z buraczków 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa) Babka piaskowa 50g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt <i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml</b> (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) <b>potrawka z kurczaka 150g</b>(udko z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka, olej rzepakowy) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Galaretki owocowa 150g</p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g (cukinia, marchew, koncentrat pomidorowy), Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta lekko strawna niskotłuszczowa</b> Wartość kaloryczna: 2229,88 Białko:118,21 Tłuszcze:41,34 Kwasy tłuszczowe:18,50 Węglowodany:330,29 Cukry Proste:44,13 Sód:1251,99 Błonnik:32,39		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta z białka z koperkiem 50g, Szynka gotowana 30g, Sałatka z buraczków 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa) Babka drożdżowa 50g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml</b> (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja) Udko duszone 150g <b>Jarzyńska gotowana 150g</b>(marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier) <b>Jogurt owocowy 100g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g (cukinia, marchew, koncentrat pomidorowy), Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 31.03.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Wartość kaloryczna: 1942,03 Białko:100,66 Tłuszcze:44,48 Kwasy tłuszczowe:19,29 Węglowodany:275,97 Cukry Proste:42,68 Sód:1147,65 Błonnik:25,31		
<p><b>Kasza manna na mleku 150ml(mleko, Kasza manna)</b>  <b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Szynka gotowana 30g, Sałatka z buraczków 80g</b>  Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,) <b>Babka piaskowa 50g</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Sok marchwiowo-owocowy 300ml</p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 200ml</b> (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) <b>potrawka z kurczaka 150g</b>(udko z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka, olej rzepakowy) <b>jarzyna got. 150g</b> (marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 80g, Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Galaretka owocowa 150g</p>	<p><b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g,</b> Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Wartość kaloryczna: 2361,35 Białko:115,16 Tłuszcze:66,21 Kwasy tłuszczowe:22,56 Węglowodany:328,89 Cukry Proste:38,26 Sód:1370,38 Błonnik:33,03		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml(mleko, Kasza manna)</b><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Szynka gotowana 30g, Ćwikła z chrzanem 80g Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b> <b>Babka piaskowa 50g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Sok marchwiowo-owocowy 300ml</p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml</b> (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko św. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) <b>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g</b>(kapusta pekińska, marchew, majonez, kukurydza) <b>Sos jarzynowy 100ml</b> (marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 150g,, Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone, cukier )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Galaretka owocowa 150g</p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g,</b> Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>