

 Dąbrowa Chotomska 05-123 Chotomów, ul. Lipowa 36D Kuchnia WSZ Elbląg, ul. Królewiecka 146		Jadłospis na dzień poniedziałek 1.01.2024 Śniadanie II Śniadanie		Obiad Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna :2368,52 Białko:96,66 Tłuszcze: 59,61 Kwasy tłuszczowe: 21,05 Węglowodany:359,83 Cukry Proste:37,99 Sód:1295,37 Błonnik:33,49					
Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g, Kielbasa krakowska 50g, Ser deliser 20g, Pomidor 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa), Babka piaskowa 50g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>		Ogórkowa 400ml (ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Kotlet pożarski 90g (mięso drob, Chleb pszenny, bułka tarta, olej, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) Surówka z warzyw mieszanych 130g (kapusta biała, marchew, seler, por, ogórek kons., olej) Kasza jęczmienna 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) Pomarańcza 150g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler</i>		Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g, Polędwica sopocka 30g, Ser żółty 30g, Sałatka wiosenna 80g(salata, pomidor, ogórek) , Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt	
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna:2347,83 Białko:113,03 Tłuszcze:70,96 Kwasy tłuszczowe:22,84 Węglowodany:336,58 Cukry Proste:8,81 Sód:918,58 Błonnik:32,50					
Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g, Kielbasa krakowska 50g, Ser deliser 20g, Pomidor 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, , Kawa zbożowa), Babka piaskowa 50g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> II Śniadanie : Kisiel z truskawkami b/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka,)		Koperkowa z ziemniakami 400ml (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka, koper) Kotlecik z indyka 80g (mięso drob, marchew, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) Surówka z warzyw mieszanych 130g (kapusta biała, marchew, seler, por, ogórek kons., olej) Kasza jęczmienna 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler</i> Pod: Zapiekanka brokułowa 150g (brokuł, ser żółty, makaron, masło) <i>*alergeny :mleko,gluten</i>		Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Polędwica sopocka 30g, Ser żółty 30g, Sałatka wiosenna 80g(salata, pomidor, ogórek) , Herbata 250ml b/c (Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Baleron drobiowy 30g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	

 Dąbrowa Chotomowska 05-123 Chotomów, ul. Lipowa 36D Kuchnia WSZ Elbląg, ul. Królewiecka 146		Jadłospis na dzień poniedziałek 1.01.2024 Obiad Podwieczorek		Kolacja
Dieta lekko strawna Wartość kaloryczna:2395,99 Białko:95,80 Tłuszcze:50,49 Kwasy tłuszczowe:13,81 Węglowodany:388,85 Cukry Proste:47,20 Sód:1277,92 Błonnik :32,23				
Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g, Kielbasa krakowska 50g, Ser deliser 20g, Pomidor bez skóry 80, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa), Babka piaskowa 50g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>		Koperkowa z ziemniakami 400ml (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka, koper) Kotlecik z indyka 80g (mięso drob, marchew, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) sałatka z selera i jabłka 130g (seler, jabłko, olej) Kasza jęczmienna 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler</i>		Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Polędwica sopocka 30g, Ser twarogowy Hochland 30g, Sałatka z marchwi i selera 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna mielona Wartość kaloryczna:2230,39 Białko:95,68 Tłuszcz:48,69 Kwasy tłuszczowe:13,30 Węglowodany:350,73 Cukry Proste:46,44 Sód:1014,72 Błonnik:31,15				
Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron), Chleb baltonowski 100 g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 50g, Pomidor bez skóry 80, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa), Babka piaskowa 50g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> II: Śniadanie: Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)		Koperkowa z ziemniakami 400ml (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka, koper) Kotlecik z indyka 80g (mięso drob, marchew, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) sałatka z selera i jabłka 130g (seler, jabłko, olej) ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler</i> Pod: Chrupki 30g		Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica sopocka 30g, Ser twarogowy Hochland 30g, Sałatka z marchwi i selera 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna:2296,44 Białko:101,21 Tłuszcz:47,13 Kwasy tłuszczowe:13,91 Węglowodany:378,98 Cukry Proste:35,52 Sód:1011,37 Błonnik:31,25				
Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 10g Kielbasa krakowska 50g, Ser deliser 20g, Pomidor bez skóry 80, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa), Babka piaskowa 50g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>		Koperkowa z ziemniakami 400ml (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka, koper) Kotlecik z indyka 80g (mięso drob, marchew, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) sałatka z selera i jabłka 130g (seler, jabłko, olej) Kasza jęczmienna 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler</i>		Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 10g, Polędwica sopocka 30g, Ser twarogowy Hochland 30g, Sałatka z marchwi i selera 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt

 Dąbrowa Chotomska 05-123 Chotomów, ul. Lipowa 36D Kuchnia WSZ Elbląg, ul. Królewiecka 146		Jadłospis na dzień poniedziałek 1.01.2024 Śniadanie II Śniadanie		Obiad Podwieczorek	Kolacja
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna:1946,78 Białko:81,81 Tłuszcz:45,34 Kwasy tłuszczowe:12,50 Węglowodany:292,30 Cukry proste:44,22 Sód:874,24 Błonnik:24,76					
Makaron na mleku 150ml (mleko, makaron), Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 50g, Ser deliser 20g, Pomidor 80g Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> II: Śniadanie: Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)		Koperkowa z ziemniakami 200ml (ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, mąka, koper) Kotlecik z indyka 80g (mięso drob, marchew, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) sałatka z selera i jabłka 130g (seler, jabłko, olej) ziemniaki 80g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler</i> Pod: Sok marchwiowy 300ml		Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Polędwica sopocka 30g, Ser twarogowy Hochland 30g, Sałatka wiosenna 80g (sałata, pomidor, ogórek) , Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), Mix sałat 30 <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt	
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna:2390,47 Białko:96,30 Tłuszcz:54,45 Kwasy tłuszczowe:21,03 Węglowodany:383,06 Cukry proste:42,84 Sód:1295,51 Błonnik:34,21					
Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g, Kielbasa krakowska 50g, Ser deliser 20g, Pomidor 80g Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> II: Śniadanie: Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)		Ogórkowa 400ml (ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Kotlet pożarski 90g (mięso drob, Chleb pszenny, bułka tarta, olej, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) Surówka z warzyw mieszanych 130g (kapusta biała, marchew, seler, por, ogórek kons., olej) Kasza jęczmienna 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler</i> Pod: Sok marchwiowy 300ml		Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Polędwica sopocka 30g, Ser żółty 30g, Sałatka wiosenna 80g (sałata, pomidor, ogórek) , Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt	