

Rebus Dąbrowa Chotomska 05-123 Chotomów, ul. Lipowa 36D Kuchnia WSZ Elbląg, ul. Królewiecka 146	Jadłospis na dzień środa 3.01.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2243,17 Bialko:92,92 Tłuszcz:61,95 Kwasy tłuszczowe:20,73 Węglowodany:278,73 Cukry Proste:39,87 Sód:1946,56 Błonnik:31,73		
Płatki jaglane na mleku 300ml (mleko,Płatki jaglane) Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Kielbasa krakowska 30g, Serek Hochland twarogowy 30g, Papryka 30g, Pomidor 50g, Masło 15g, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten,</i>	Kalafiorowa z/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) Bitka wieprzowa gotowana 90g (Szynka b/k, mąka) Ziemniaki 150g, Buraczki z natką pietruszki 130g (buraki, olej, natka pietruszki), Sos pomidorowy 100g (marchew, koncentrat pomidorowy, mąka, pietruszka, seler) Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, Herbata miętowa) Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i>	Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Ryba po grecku 100g (mintaj,marchew, koncentrat, olej, mąka, seler), Baleron drobiowy 30g, Salátka coleslaw 100g (kapusta biała, śmietana, cukier, koper) Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten, jaja</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2212,07 Bialko:95,02 Tłuszcz:64,54 Kwasy Tłuszczowe:18,46 Węglowodany:264,32 Cukry Proste: 31,64 Sód:1916 Błonnik:34,55		
Płatki jaglane na mleku 300ml (mleko,Płatki jaglane) Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Kielbasa krakowska 30g, Serek Hochland twarogowy 30g, Papryka 30g, Pomidor 50g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> II Śniadanie : Mandarynka 1szt	Kalafiorowa b/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, mąka psz.) Bitka wieprzowa gotowana 90g (Szynka b/k, mąka) Ziemniaki 150g, Buraczki z natką pietruszki 130g (buraki, olej, natka pietruszki), Sos pomidorowy 100g (marchew, koncentrat pomidorowy, mąka, pietruszka, seler) Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, Herbata miętowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i> Pod: Pieczywo razowe Wasa 2szt, Mus z jabłka 30g <i>*alergeny: gluten,</i>	Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Ryba po grecku 100g (mintaj,marchew, koncentrat, olej, mąka, seler), Baleron drobiowy 30g, Salátka coleslaw 100g (kapusta biała, śmietana, cukier, koper) Herbata 250ml (Herbata) <i>*alergeny : mleko, gluten, jaja</i> Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Szynekóweczka 30g
Dieta lekko strawna Wartość kaloryczna: 2120,72 Bialko:85,09 Tłuszcz:57,23 Kwasy tłuszczowe:18,48 Węglowodany:278,05 Cukry Proste:39,69 Sód:1452,06 Błonnik:32,32		

Rebus Dąbrowa Chotomowska 05-123 Chotomów, ul. Lipowa 36D Śniadanie Kuchnia WSZ Elbląg, ul. Królewiecka 146 II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 3.01.2024 Obiad Podwieczorek		Kolacja
Płatki jaglane na mleku 300ml (mleko,Płatki jaglane Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g Kielbasa krakowska 30g, Serek Hochland twarogowy 30g, Mus z marchwi 80g, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i>	Kalafiorowa z/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) Bitka wieprzowa gotowana 90g (Szynka b/k, mąka) Ziemniaki 150g, Buraczki z natką pietruszki 130g (buraki, olej, natka pietruszki), Sos pomidorowy 100g (marchew, koncentrat pomidorowy, mąka, pietruszka, seler) Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, Herbata miętowa) Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i>		Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Ryba po grecku 100g (mintaj,marchew, koncentrat, olej, mąka, seler), Baleron drobiowy 30g, Salátka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten, jaja</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna mielona Wartość kaloryczna: 2043,12 Białko:84,83 Tłuszcz:51,21 Kwasy tłuszczowe:16,10 Węglowodany: 284,57 Cukry Proste:38,41 Sód:1452,61 Błonnik:30,48			Chleb baltonowski 100g Masło 15g Pulpet rybny w sosie greckim 100g (mintaj,marchew, koncentrat, olej, mąka, seler), Baleron drobiowy 30g, Salátka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Płatki jaglane na mleku 300ml (mleko,Płatki jaglane Chleb baltonowski 100 g Kielbasa krakowska 30g, Serek Hochland twarogowy 30g, Mus z marchwi 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> II Śniadanie: Biskwopty 30g <i>* alergeny : mleko, gluten, jaja</i>	Kalafiorowa z/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) Klopsik wieprzowy gotowany 90g (Szynka b/k, bułka tarta, jaja mąka) Ziemniaki 150g, Buraczki z natką pietruszki 130g (buraki, olej, natka pietruszki), Sos pomidorowy 100g (marchew, koncentrat pomidorowy, mąka, pietruszka, seler) Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, Herbata miętowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i> Pod: Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny : mleko,</i>		
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2022,26 Białko:82,31 Tłuszcz:48,42 Kwasy tłuszczowe:15,54 Węglowodany:268,80 Cukry Proste:38,33 Sód:1533,19 Błonnik:30,72			Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 10g Ryba po grecku 100g (mintaj,marchew, koncentrat, olej, mąka, seler), Baleron drobiowy 30g, Salátka coleslaw 100g (kapusta biała, śmietana, cukier, koper) Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1882,27 Białko:60,66 Tłuszcz:45,35 Kwasy Tłuszczowe:12,37 Węglowodany:205,25 Cukry Proste:40,00 Sód:1209,74 Błonnik:19,68			

Rebus Dąbrowa Chotomowska 05-123 Chotomów, ul. Lipowa 36D Śniadanie Kuchnia WSZ Elbląg, ul. Królewiecka 146 II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 3.01.2024 Obiad Podwieczorek		Kolacja
Płatki jaglane na mleku 300ml (mleko,Płatki jaglane) Chleb baltonowski 50 g Kielbasa krakowska 30g, Serek Hochland twarogowy 30g, Pomidor 50g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> II Śniadanie: Mandarynka 1szt	Kalafiorowa z/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) Klopsik wieprzowy gotowany 90g (Szynka b/k, bułka tarta, jaja mąka) Ziemniaki 150g, Buraczki z natką pietruszki 130g (buraki, olej, natka pietruszki), Sos pomidorowy 100g (marchew, koncentrat pomidorowy, mąka, pietruszka, seler) Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, Herbata miętowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i> Pod: Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny : mleko,</i>	Chleb baltonowski 50g Masło 15g Ryba po grecku 100g (mintaj,marchew, koncentrat, olej, mąka, seler), Baleron drobiowy 30g, Sałatka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt	
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna:2218,37 Bialko:89,77 Tluszcz:60,67 Kwasy tłuszczowe:19,95 Węglowodany:279,77 Cukry Proste:45,70 Sód:1209,66 Błonnik:31,97			Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Ryba po grecku 100g (mintaj,marchew, koncentrat, olej, mąka, seler), Baleron drobiowy 30g, Sałatka coleslaw 100g (kapusta biała, śmietana, cukier, koper), Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Płatki jaglane na mleku 300ml (mleko,Płatki jaglane) Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Kielbasa krakowska 30g, Serek Hochland twarogowy 30g, Papryka 30g, Pomidor 50g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> II Śniadanie: : Mandarynka 1szt	Kalafiorowa z/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) Bitka wieprzowa gotowana 90g (Szynka b/k, mąka) Ziemniaki 150g, Buraczki z natką pietruszki 130g (buraki, olej, natka pietruszki), Sos pomidorowy 100g (marchew, koncentrat pomidorowy, mąka, pietruszka, seler) Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, Herbata miętowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i> Pod: Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny : mleko,</i>		