

Rebus Dąbrowa Chotomowska 05-123 Chotomów, ul. Lipowa 36D Śniadanie Kuchnia WSZ Elbląg, ul. Królewiecka 146 II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 6.01.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2292,05 Białko:90,41 Tłuszcze:65,01 Kwasy tłuszczowe:24,38 Węglowodany:315,12 Cukry Proste:44,63 Sód:1596,98 Błonnik:33,62		
Makaron na mleku 300ml (mleko,Makaron) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Pasta z jajka 50g (jajko, masło), Kielbasa krakowska 30g, Ogórek kiszony 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i>	Barszcz czerwony z/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) Pieczeń rzymska 90g (łopatka b/k, Chleb pszenny, bułka tarta, olej, jaja) Sos koperkowy 100ml (marchew, mąka., pietruszka, sele,koper) Kasza jęczmienna 150g, Marchew z groszkiem 130g (marchew, groszek, mąka) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier) Mandarynka 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja, seler</i>	Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Połędwica sopocka 30g, Ser żółty 30g, Salátka grecka 100g (pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej) Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2377,76 Białko:101,94 Tłuszcze:69,82 Kwasy tłuszczowe:21,93 Węglowodany:300,22 Cukry Proste:16,67 Sód:1614,90 Błonnik:34,20		
Makaron na mleku 300ml (mleko,Makaron) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g , Pasta z jajka 50g (jajko, masło), Kielbasa krakowska 30g, Ogórek kiszony 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko,) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g, Jogurt naturalny 100g <i>*alergeny : mleko,</i>	Barszcz czerwony b/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Pieczeń rzymska 90g (łopatka b/k, Chleb pszenny, bułka tarta, olej, jaja) Sos koperkowy 100ml (marchew, mąka., pietruszka, sele,koper) Kasza jęczmienna 150g Marchew z groszkiem 130g (marchew, groszek, mąka) Kompot z truskawek 250ml (truskawki,) <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja, seler</i> Pod: Warzywa gotowane 120g	Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Połędwica sopocka 30g, Ser żółty 30g, Salátka grecka 100g (pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej) Herbata 250ml <i>*alergeny : mleko, gluten</i> Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Twaróg 30g <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>
Dieta lekko strawna Wartość kaloryczna: 2397,34 Białko:89,34 Tłuszcze:60,92 Kwasy tłuszczowe:20,87 Węglowodany:357,78 Cukry Proste:59,65 Sód:1715,96 Błonnik:32,84		

Rebus Dąbrowa Chotomowska 05-123 Chotomów, ul. Lipowa 36D Kuchnia WSZ Elbląg, ul. Królewiecka 146		Jadłospis na dzień sobota 6.01.2024		
		Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Makaron na mleku 300ml (mleko,Makaron) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g , Pasta z jajka 50g (jajko, masło), Kielbasa krakowska 30g, Mus z marchwi 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i>		Barszcz czerwony z/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) Pieczeń rzymska 90g (łopatka b/k, Chleb pszenny, bułka tarta, olej, jaja) Sos koperkowy 100ml (marchew, mąka., pietruszka, sele,koper) Kasza jęczmienna 150g Salátka z marchwi i jabłka 130g (marchew, jabłko, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja, seler</i>		Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Polędwica sopocka 30g, Ser Hochland twarogowy 30g, Salátka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny: mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna mielona Wartość kaloryczna: 2207,47 Bialko:90,87 Tluszcze:59,93 Kwasy tłuszczowe:20,22 Węglowodany:319,95 Cukry Proste:59,11 Sód:1221,32 Błonnik:30,76				
Makaron na mleku 300ml (mleko,Makaron) Chleb baltonowski 100 g Pasta z jajka 50g (jajko, masło), Kielbasa krakowska 30g, Mus z marchwi 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt <i>*alergeny : mleko,</i>		Barszcz czerwony z/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) Pieczeń rzymska 90g (łopatka b/k, Chleb pszenny, bułka tarta, olej, jaja) Sos koperkowy 100ml (marchew, mąka., pietruszka, sele,koper) Ziemniaki 150g, Salátka z marchwi i jabłka 130g (marchew, jabłko, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja, seler</i> Pod: Biszkopty 30g		Chleb baltonowski 100 Masło 15g Polędwica sopocka 30g, Ser Hochland twarogowy 30g, Salátka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2061,49 Bialko:101,04 Tluszcze:48,84 Kwasy tłuszczowe:14,54 Węglowodany:307,93 Cukry Proste:51,00 Sód:1076,18 Błonnik:30,94				
Makaron na mleku 300ml (mleko,Makaron) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Pasta z bialka 50g, Kielbasa krakowska 30g, Mus z marchwi 80g, Masło 10g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i>		Barszcz czerwony b/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Pieczeń rzymska 90g (łopatka b/k, Chleb pszenny, bułka tarta, olej, jaja) Sos koperkowy 100ml (marchew, mąka., pietruszka, sele,koper) Kasza jęczmienna 150g Salátka z marchwi i jabłka 130g (marchew, jabłko, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja, seler</i>		Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 10g Polędwica sopocka 30g, Ser Hochland twarogowy 30g, Salátka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 2026,88 Bialko:79,91 Tluszcze:61,82 Kwasy tłuszczowe:23,91 Węglowodany:265,51 Cukry Proste:57,63 Sód:1209,26 Błonnik:21,98				

<h1 style="color: red; margin: 0;">Rebus</h1> <p>Dąbrowa Chotomowska 05-123 Chotomów, ul. Lipowa 36D Kuchnia WSZ Elbląg, ul. Królewiecka 146</p> <p style="text-align: right;">Śniadanie II Śniadanie</p>	Jadłospis na dzień sobota 6.01.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja
<p>Makaron na mleku 150ml(mleko,Makaron) Chleb baltonowski 50g Pasta z jajka 50g(jajko, masło), Kielbasa krakowska 30g, Ogórek świeży 80g Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>II Śniadanie: Mandarynka 1szt</p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 200ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) Pieczeń rzymska 90g(łopatka b/k, Chleb pszenny, bułka tarta, olej, jaja) Ziemniaki 80g, Sos koperkowy 100ml (marchew, mąka., pietruszka, sele,koper) Salatka z marchwi i jabłka 130g(marchew, jabłko, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja, seler</i></p> <p>Pod: Herbatniki 40g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50 Masło 15g Polędwica sopocka 30g, Ser Hochland twarogowy 30g, Salatka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2366,85 Białko:93,69 Tłuszcze:69,41 Kwasy tłuszczowe:23,90 Węglowodany:345,84 Cukry Proste:57,80 Sód:1566,22 Błonnik:34,14		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko,Makaron) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Pasta z jajka 50g(jajko, masło), Kielbasa krakowska 30g, Ogórek kiszony 80g Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>II Śniadanie: Mandarynka 1szt</p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) Pieczeń rzymska 90g(łopatka b/k, Chleb pszenny, bułka tarta, olej, jaja) Sos koperkowy 100ml (marchew, mąka., pietruszka, sele,koper) Kasza jęczmienna 150g Marchew z groszkiem 130g (marchew, groszek, mąka) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja, seler</i></p> <p>Pod: Herbatniki 40g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g , Masło 15g Salatka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej)Herbata 250ml (Herbata, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>