

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 19.05.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartości odżywcze: Energia : 2372.90 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Cukry proste: 42.07 g; Sód: 1184.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.74 g;		
Makaron na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko) Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Salátka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej), kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	Pomidorowa z ryżem z/śm 400 ml, (ryż brązowy, marchew, koncentrat pomidorowy, śmietana pietruszka, seler, korpus z kurcz) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler, koper) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko ,cebula, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier)Mandarynka 1szt <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko,jaja</i>	Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50, Polędwica sopocka 30g, Pomidor 50g, Papryka 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta cukrzycowa Wartości odżywcze: Energia : 2406.99 kcal; Białko ogółem: 121.03 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 305.45 g; Cukry proste: 14.24 g; Sód: 1510.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.75 g;		
Makaron na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko) chleb razowy 75g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Salátka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej), kawa z mlekiem 250ml (mleko, kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> II Śniadanie : Kefir 200g <i>*alergeny:mleko,</i>	Pomidorowa z ryżem z/śm 400 ml, (ryż brązowy, marchew, koncentrat pomidorowy, śmietana pietruszka, seler, korpus z kurcz) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler, koper) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko ,cebula, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka 250ml (jabłko, herbata miętowa) <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko,jaja</i> Pod: Kalafior gotowany 150g	chleb razowy 75g, Masło 15g Jajko gotowane 50, Polędwica sopocka 30g, Pomidor 50g, Papryka 30g, Herbata 250ml (Herbata czarna) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Chleb razowy 30g, Masło 10, Pasztet drobiowy 25g, <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 19.05.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
Dieta lekko strawna Wartości odżywcze: Energia : 2300.79 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Cukry proste: 48.51 g; Sód: 1539.16 mg; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;		
Makaron na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko) Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Mus z jabłka 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	Pomidorowa z ryżem b/śm 400 ml, (ryż brązowy, marchew, koncentrat pomidorowy, pietruszka, seler, korpus z kurcz) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bulka tarta, mąka, jaja) Salatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler, koper) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier) <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i>	Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50, Polędwica sopocka 30g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna mielona Wartości odżywcze: Energia : 2291.74 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; Cukry proste: 59.08 g; Sód: 1069.09 mg; Błonnik pokarmowy: 32.51 g		
Makaron na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko)chleb bal.100g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Mus z jabłka 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> II Śniadanie: Galaretka owocowa 150g	Pomidorowa z ryżem b/śm 400 ml, (ryż brązowy, marchew, koncentrat pomidorowy, pietruszka, seler, korpus z kurcz) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bulka tarta, mąka, jaja) Salatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler, koper) Kompot z jabłka 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier) <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i> Pod: Sok owocowy 200ml	Chleb bal.100g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 50g, Polędwica sopocka 60g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartości odżywcze: Energia : 2362.63 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 41.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.39 g; Węglowodany ogółem: 385.00 g; Cukry proste: 58.56 g; Sód: 1116.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;		
Makaron na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko), Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 10g, Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Mus z jabłka 80g, kawa z mlekiem	Pomidorowa z ryżem b/śm 400 ml, (ryż brązowy, marchew, koncentrat pomidorowy, pietruszka, seler, korpus z kurcz) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bulka tarta, mąka, jaja) Salatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko,	Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 10g, Pasta z białka z koperkiem 50g, Polędwica sopocka 60g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 19.05.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<p>250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>olej) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler, koper) Kompot z jabłka 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i></p>	<p>czarna)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p>Dieta dzieci 2 roku życia Wartości odżywcze: Energia : 2039.06 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 46,31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; Cukry proste: 53.46 g; Sód: 1013.48 mg; Błonnik pokarmowy: 31.99 g;</p>		
<p>Makaron na mleku 150ml (Makaron pszenny, mleko), chleb bal.50g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Salátka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej), Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Mandarynka 1szt</p>	<p>Pomidorowa z ryżem z/śm 200 ml, (ryż brązowy, marchew, koncentrat pomidorowy, śmietana pietruszka, seler, korpus z kurcz) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Salátka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler, koper) Kompot z jabłka 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i></p> <p>Pod: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Chleb Balton.50g, Masło 15g, Pasta z jajka z koperkiem 50g, Połędwica sopocka 30g, Pomidor 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p>Dieta dzieci dużych Wartości odżywcze: Energia : 2372.70 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 387.86 g; Cukry proste: 54.19 g; Sód: 1273.76 mg; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;</p>		
<p>Makaron na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko) Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Salátka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej), kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Pomidorowa z ryżem z/śm 400 ml, (ryż brązowy, marchew, koncentrat pomidorowy, śmietana pietruszka, seler, korpus z kurcz) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler, koper) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko ,cebula, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier)</p>	<p>Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50, Połędwica sopocka 30g, Pomidor 50g, Papryka 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 19.05.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
II Śniadanie: Mandarynka 1szt	<i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mlek,jaja</i> Pod: Sok owocowy 200ml	