

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 20.01.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2359.04 kcal; Bialko ogółem: 113.04 g; Tluszcz: 76.08 g; Kw. tluszcz. nasycone: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; Cukry proste: 45.71 g; Sód: 1665.14 mg; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Serek wiejski 60g, Polędwica sopocka 30g, Papryka 30g, Rukola 30g, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten</i></p>	<p>Barszcz biały z/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Zraz z szynki 90g (szynka b/k, musztarda, boczek, ogórek kiszony, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, mąka, pietruszka, seler) Kasza jęczmienna 150g Salatka z buraczków i cebuli 150g (burak, cebula, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) Mandarynka 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Pasta z ciecierzycy 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Salatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Energia : 2304.17 kcal; Bialko ogółem: 116.37 g; Tluszcz: 66.48 g; Kw. tluszcz. nasycone: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 318.28 g; Cukry proste: 25.86 g; Sód: 1610.38 mg; Błonnik pokarmowy: 33.48 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Serek wiejski 60g, Polędwica sopocka 30g, Papryka 30g, Rukola 30g, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>II Śniadanie: Mandarynka 1szt</p>	<p>Barszcz biały b/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Bitka wp 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, mąka, pietruszka, seler) Kasza jęczmienna 150g Salatka z buraczków i jabłka 150g (burak, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Koktajl z owoców mieszanych 200g (maślanka, owoce mrożone)</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Pasta z ciecierzycy 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Salatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g, Herbata 250ml (Herbata),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Pasta z jajka 30g</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 20.01.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekkostrawna Energia : 2352.11 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 352.64 g; Cukry proste: 51.84 g; Sód: 1995.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;		
Makaron na mleku 300ml (mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Parówka 60g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i>	Barszcz biały z/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Bitka wp 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g (marchew, mąka, pietruszka, seler) Kasza jęczmienna 150g Salatka z buraczków i jabłka 150g (burak, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja, seler</i>	Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Szynka z piersi kurczaka 60g, Salatka z selera 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier), <i>*alergeny: mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekkostrawna mielona Energia : 2218.49 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 345.54 g; Cukry proste: 51.51 g; Sód: 1747.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		
Makaron na mleku 300ml (mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 100g, Serek wiejski 60g, Polędwica sopocka 30g, Salatka z marchwi 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i> II Śniadanie: Biszkopty 30g <i>*alergeny : gluten, jaja</i>	Barszcz biały z/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Klopsik wp 90g (szynka b/k, jajko, bułka tarta, Chleb pszenny, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g (marchew, mąka, pietruszka, seler) ziemniaki 150g, Salatka z buraczków i jabłka 150g (burak, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i> Pod: Koktajl z owoców mieszanych 200g (maślanka, owoce mrożone, cukier) <i>*alergeny: mleko</i>	Chleb baltonowski 100g Masło 15g Szynka z piersi kurczaka 60g, Salatka z selera 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier), <i>*alergeny : mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa Energia : 2230.59 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 356.59 g; Cukry proste: 51.36 g; Sód: 1898.15 mg; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;		
Makaron na mleku 300ml (mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Serek wiejski 60g, Polędwica sopocka 30g, Salatka z marchwi 80g, Masło 10g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i>	Barszcz biały b/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Bitka wp 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g (marchew, mąka, pietruszka, seler) Kasza jęczmienna 150g Salatka z buraczków i jabłka 150g (burak, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>	Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 10g Szynka z piersi kurczaka 60g, Salatka z selera 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier), <i>*alergeny : mleko, gluten</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 20.01.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Energia : 2044.97 kcal; Białko ogółem: 80.28 g; Tłuszcz: 46.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 309.72 g; Cukry proste: 53.81 g; Sód: 1498.65 mg; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;		
<p>Makaron na mleku 150ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 50g, Serek wiejski 60g, Polędwica sopocka 30g, Rukola 30g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>II Śniadanie: Mandarynka 1szt</p>	<p>Barszcz biały z/śm 200 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Klopsik wp 90g (szynka b/k, jajko, bułka tarta, Chleb pszenny, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, mąka, pietruszka, seler) ziemniaki 80g, Salatka z buraczków i jabłka 150g (burak, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Koktajl z owoców mieszanych 200g (maślanka, owoce mrożone, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g Masło 15g Szynka z piersi kurczaka 60g, Salatka z selera 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Energia : 2374.13 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 386.55 g; Cukry proste: 53.66 g; Sód: 1755.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Serek wiejski 60g, Polędwica sopocka 30g, Papryka 30g, Rukola 30g, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>II Śniadanie: Mandarynka 1szt</p>	<p>Barszcz biały z/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Zraz z szynki 90g (szynka b/k, musztarda, boczek, ogórek kiszony, mąka pszenna) Sos jarzynowy 100g(marchew, mąka, pietruszka, seler) Kasza jęczmienna 150g Salatka z buraczków i cebuli 150g (burak, cebula., olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja, seler</i></p> <p>Pod: Koktajl z owoców mieszanych 200g (maślanka, owoce mrożone, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Pasta z ciecierzycy 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Salatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>