

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 21.06.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2215,00 Białko:79,39 Tłuszcze:66,87 Kwasy tłuszczowe:25,58 Węglowodany:280,49 Cukry Proste:40,29 Sód:1763,64 Błonnik:30,37		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g Masło 15g , Twaróg z jogurtem naturalnym 60g( twaróg,jog nat) Krem orzechowy 20g, Rzodkiewka 30g, Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, orzechy</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietruszki), Filet z dorsza smażony 100g (dorsz, bułka tarta, olej, jajka.), Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr) Ziemniaki gotowane 150g Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g , Masło 15g , Paszтет drobiowy 50g, Ser deliser 20g, Ćwikła z chrzanem 60g,Pomidorki koktajlowe 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2031,94 Białko:96,63 Tłuszcze:46,37 Kwasy tłuszczowe:15,41 Węglowodany:276,83 Cukry Proste:29,17 Sód:1212,68 Błonnik:35,56		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko, Ryż biały), Chleb graham 75g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g( twaróg,jog nat) Szynka z piersi kurczaka 30g, Rzodkiewka 30g, Pomidor 50g,Kawa z mlekiem 250ml(mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Kefir 200ml <i>*alergeny : mleko</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietruszki), Filet z dorsza z pieca 90g, Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr) Kompot truskawkowy bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p> <p><b>Pod:</b> Sałatka z cykorii i kopru 100g (cykoria, marchew, olej, koper)</p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g , Paszтет drobiowy 50g Ser deliser 20g Ćwikła z chrzanem 60g,Pomidorki koktajlowe 30g, Herbata b/c 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Chleb graham 30g, Serek tartare 20g <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 21.06.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta lekko strawna Wartość kaloryczna:2087,65 Bialko:85,88 Tluszcze:50,49 Kwasy tłuszczowe:15,96 Węglowodany:329,63 Cukry Proste:48,70 Sód:1535,52 Błonnik:30,61</b>		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g,Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g( twaróg,jog nat) Krem orzechowy 20g, Mus z jabłka 80g,Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, orzechy</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki), Filet z dorsza z pieca 90g, Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g Ser deliser 20g Sałatka z buraczków 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta lekko strawna mielona Wartość kaloryczna: 2062,60 Bialko:76,50 Tluszcze:51,46 Kwasy tłuszczowe:16,00 Węglowodany:317,83 Cukry Proste:47,98 Sód:1189,70 Błonnik:31,05</b>		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko, Ryż biały), Chleb balt.100g ,Masło 15g , Twaróg z jogurtem naturalnym 60g( twaróg,jog nat) Krem orzechowy 20g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, orzechy</i></p> <p>II Śniadanie: Drożdżówka z Dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki), Pulpet rybny 90g (mintaj, bułka tarta, marchewka,Chleb pszenny, seler, Masło, pietruszka), Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p><b>Podwieczorek: Kefir 200ml</b></p> <p><i>*alergeny : mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski100g, Masło 15g, Szynka gotowana 60g, Miód 25g,Sałatka z buraczków 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2018,46 Bialko:91,18 Tluszcze:32,77 Kwasy tłuszczowe:14,87 Węglowodany:380,68 Cukry Proste: 55,30 Sód:1304,98 Błonnik:31,11</b>		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g,Masło 10g , Twaróg z jogurtem naturalnym 60g( twaróg,jog nat) Szynka z piersi kurczaka 30g, Szynka gotowana 30g, Mus z jabłka 80g , Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki), Filet z dorsza z pieca 90g, Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser deliser 60g, Szynka gotowana 30g, Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 21.06.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1839,09 Białko:70,40 Tłuszcze:44,60 Kwasy tłuszczowe:15,78 Węglowodany:333,13 Cukry Proste:58,28 Sód:969,04 Błonnik:22,33</b>		
<p>Ryż na mleku 150ml( mleko, Ryż biały), Chleb bałt.50g ,Masło 15g , Twaróg z jogurtem naturalnym 60g( twaróg,jog nat) Krem orzechowy 20g, ,Pomidor 50g , Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, orzechy</i></p> <p>II Śniadanie: Drożdżówka z Dżemem 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 200 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietruszki),Pulpet rybny 90g (mintaj, bułka tarta, marchewka,Chleb pszenny, seler, Masło, pietruszka), Ziemniaki gotowane 80g, Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Arbuz 150g</p>	<p>Chleb baltonowski50g, Masło 15g, Ser deliser 60g, Szynka gotowana 30g,, Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2388,32 Białko:102,21 Tłuszcze:51,85 Kwasy tłuszczowe:18,44 Węglowodany:333,32 Cukry Proste: 58,66 Sód:1130,85 Błonnik:31,47</b>		
<p>Ryż na mleku 300ml( mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g Masło 15g , Twaróg z jogurtem naturalnym 60g( twaróg,jog nat) Krem orzechowy 20g, Rzodkiewka 30g, Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, orzechy</i></p> <p>II Śniadanie: Drożdżówka z Dżemem 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (wywar mięsny, ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietruszki Filet z dorsza smażony 100g (dorsz, bułka tarta, olej, jajka.), Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr) Ziemniaki gotowane 150g , Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Arbuz 150g</p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Ser deliser 20g Ćwikła z chrzanem 60g,Pomidorki koktajlowe 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>