

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 8.07.2024		Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa      Wartość kaloryczna :2368,52    Białko:96,66    Tłuszcze: 59,61    Kwasy tłuszczowe: 21,05    Węglowodany:359,83    Cukry Proste:37,99    Sód:1295,37    Błonnik:33,49			
<p>Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron pszenny),            Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Ser deliser 20g, Rzodkiewka 30g, Mix sałat 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Ogórkowa 400ml(ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) Surówka z warzyw mieszanych 150g(kapusta biała, marchew, seler, por, ogórek kons., olej)Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) Jabłko 150g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g, Polędwica sopocka 30g, Ser żółty 60g, Ogórek świeży 50g, Papryka 30g , Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	
Dieta cukrzycowa      Wartość kaloryczna:2347,83    Białko:113,03    Tłuszcze:70,96    Kwasy tłuszczowe:22,84    Węglowodany:336,58    Cukry Proste:8,81    Sód:918,58    Błonnik:32,50			
<p>Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron pszenny),            Chleb graham 75g Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Ser deliser 20g, Rzodkiewka 30g, Mix sałat 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Sałatka z buraka i kaszy jaglanej 100g</p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) Surówka z warzyw mieszanych 150g(kapusta biała, marchew, seler, por, ogórek kons., olej)Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Zapiekanek brokułowa 150g (brokuł, ser żółty, makaron pszenny, masło) <i>*alergeny :mleko,gluten</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Polędwica sopocka 30g, Ser żółty 60g, Ogórek świeży 50g, Papryka 30g , Herbata 250ml b/c (Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Chleb graham 30g, Masło 10g, Baleron drobiowy 30g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 8.07.2024		Kolacja Posilek nocny
Dieta lekko strawna      Wartość kaloryczna:2395,99 Białko:95,80 Tłuszcze:50,49 Kwasy tłuszczowe:18,81 Węglowodany:378,85 Cukry Proste:47,20 Sód:1277,92 Błonnik :32,23			
<p>Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron pszenny), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Ser deliser 20g, Sałatka z buraczków 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>		<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Polędwica sopocka 30g, Ser twarogowy Hochland 30g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekko strawna mielona      Wartość kaloryczna:2230,39 Białko:95,68 Tłuszcz:48,69 Kwasy tłuszczowe:18,30 Węglowodany:350,73 Cukry Proste:46,44 Sód:1014,72 Błonnik:31,15			
<p>Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron pszenny), Chleb baltonowski 100 g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Sałatka z buraczków 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II: Śniadanie: Chrupki 30g</p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej) ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)</p>		<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica sopocka 30g, Ser twarogowy Hochland 30g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna:2296,44 Białko:101,21 Tłuszcz:37,13 Kwasy tłuszczowe:13,91 Węglowodany:378,98 Cukry Proste:35,52 Sód:1011,37 Błonnik:31,25			
<p>Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron pszenny), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 10g Kielbasa krakowska 60g, Ser deliser 20g, Sałatka z buraczków 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>		<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 10g, Polędwica sopocka 30g, Ser twarogowy Hochland 30g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 8.07.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia      Wartość kaloryczna:1946,78 Bialko:81,81 Tluszcz:45,34 Kwasy tluszczowe:14,50 Węglowodany:292,30 Cukry proste:44,22 Sód:874,24 Błonnik:24,76		
<p>Makaron na mleku 150ml (mleko, makaron pszenny), Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Ser deliser 20g, Mix sałat 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Koperkowa z ryżem 200ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej) ziemniaki 80g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Połudwica sopocka 30g, Ser twarogowy Hochland 30g, Ogórek świeży 50g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych      Wartość kaloryczna:2390,47 Bialko:96,30 Tluszcz:54,45 Kwasy tluszczowe:21,03 Węglowodany:383,06 Cukry proste:42,84 Sód:1295,51 Błonnik:34,21		
<p>Makaron na mleku 300ml (mleko, makaron pszenny), Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Ser deliser 20g, Rzodkiewka 30g, Mix sałat 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Ogórkowa 400ml(ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos jarzynowy 100ml (mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) Surówka z warzyw mieszanych 150g(kapusta biała, marchew, seler, por, ogórek kons., olej)Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Połudwica sopocka 30g, Ser żółty 60g, Ogórek świeży 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>