

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 30.07.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartość kaloryczna:2349,17 Białko:116,25 Tłuszcz:55,60 Kwasy tłuszczowe:18,53 Węglowodany:319,55 Cukry Proste:31,65 Sód:1275, 85 Błonnik:30,27		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Pasta z twarogu i makreli 60g (twaróg, makrela wędzona), Szynka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z pomidora i rukoli 100g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa),</b></p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,ryby</i></p>	<p><b>Solferino 400ml</b> (Ziemniaki, kapusta biała, groszek, marchew, koncentrat pomidorowy, seler, korpus kurcz., cebula, <b>mąka</b>, por, ) <b>Roladka z indyka 90g</b> (filet z indyka, <b>mąka</b>)Ryż brązowy 150g, <b>sos koperkowy 100ml</b> (marchew, <b>mąka pszenna</b>, pietruszka, seler, koper)Surówka z marchwi i pora 150g (marchew, olej, por), Kompot z truskawek 250ml(cukier, truskawka) Nektarynka 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Szynkóweczka 30g,</b> Sałatka z ogórka świeżego z rzodkiewką 80g(ogórek świeży, rzodkiewka, olej, koper) Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartość kaloryczna:2303,30 Białko:117,93 Tłuszcz:62,70 Kwasy tłuszczowe:21,42 Węglowodany:262,87 Cukry Proste:7,38 Sód:1236,84 Błonnik:33,76		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z pomidora i rukoli 100g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie :</b>Sok pomidorowy 330ml</p>	<p><b>Zacierka na wywarze 400ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, <b>mąka</b>) Roladka z indyka 90g</b> (filet z indyka, <b>mąka</b>), Ryż brązowy 150g, <b>sos koperkowy 100ml</b> (marchew, <b>mąka pszenna</b>, pietruszka, seler, koper)Surówka z marchwi i pora 150g (marchew, olej, por), <b>Kompot z truskawek b/c 250ml</b>(truskawka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p><b>Pod: Warzywa gotowane 120g</b> (kalafior, fasolka szparagowa)</p>	<p><b>Chleb graham 75g, Masło 15g Jajko gotowane 50g, Szynkóweczka 30g,</b> Sałatka z ogórka świeżego z rzodkiewką 80g(ogórek świeży, rzodkiewka, olej, koper) Herbata 250ml (Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser żółty 30g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 30.07.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekko strawna      Wartość kaloryczna: 2376,43 Białko:114,96 Tłuszcz:61,13 Kwasy tłuszczowe:21,81 Węglowodany:345,45 Cukry proste:48,38 Sód:1727,44 Błonnik:30,36		
<p>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski 70G, Chleb graham 30g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 400ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Roladka z indyka 90g (filet z indyka, mąka) sos koperkowy 100ml (marchew, mąka pszenna, pietruszka, seler, koper), Ryż brązowy 150g Marchew oprószana150g(marchew, mąka, olej)Kompot z truskawek 250ml(cukier, truskawka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g Jajko gotowane 50g, Szynkóweczka 30g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g,Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekko strawna mielona      Wartość kaloryczna: 2371,96 Białko:117,54 Tłuszcz:56,02 Kwasy tłuszczowe:20,21 Węglowodany:346,36 Cukry Proste:55,45 Sód:1490,91 Błonnik:31,41		
<p>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski100g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mlek, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergenv: mleko,</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 400ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, mąka) potrawka z piersi 150g(piersi z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka, olej rzepakowy) Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana150g(marchew, mąka, olej)Kompot z truskawek 250ml(cukier, truskawka)</p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g,Szynkóweczka 60g, Miód 25g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g,Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2335,55 Białko:116,29 Tłuszcz:47,12 Kwasy tłuszczowe:17,10 Węglowodany:359,96 Cukry Proste:35,33 Sód:1405,70 Błonnik:31,46		
<p>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski 70G, Chleb graham 30g Masło 10g Twaróg z jogurtem 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zacierka na wywarze 400ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Roladka z indyka 90g (filet z indyka, mąka)sos koperkowy 100ml (marchew, mąka pszenna, pietruszka, seler, koper) Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana150g(marchew, mąka, olej) Kompot z truskawek 250ml(cukier, truskawka)</p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 10g Szynkóweczka 60g, Miód 25g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g,Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 30.07.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
	<i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i>	<i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> <b>Wartość kaloryczna:2165,99 Bialko:111,41 Tluszcz:50,97 Kwasy tluszczowe:17,67 Węglowodany:296,99 Cukry Proste:57,34 Sód:1410,81 Błonnik:26,16</b>		
<p><b>Kasza manna na mleku 150ml( mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski50g Masło 15g Twaróg z jogurtem 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z pomidora i rukoli 100g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</b></p> <p><i>*alergenv: mleko,</i></p>	<p><b>Zacierka na wywarze 400ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Ryż brązowy 80g, potrawka z piersi 100g(piersi z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka, olej rzepakowy),Marchew oprószana150g(marchew, mąka, olej) Kompot z truskawek 250ml(cukier, truskawka)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p><b>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Miód 25g, Ogórek świeży 80g,Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> <b>Wartość kaloryczna:2398,16 Bialko:111,35 Tluszcz:56,10 Kwasy nasycone:19,54 Węglowodany:366,47 Cukry Proste:57,65 Sód:1456,25Błonnik:30,47</b>		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z pomidora i rukoli 100g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa) Rukola 30g</b></p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</b></p> <p><i>*alergenv: mleko,</i></p>	<p><b>Zacierka na wywarze 400ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Roladka z indyka 90g (filet z indyka, mąka) Ryż brązowy 150g, sos koperkowy 100ml (marchew, mąka pszena, pietruszka, seler, koper)Surówka z marchwi i pora 150g (marchew, olej, por), Kompot z truskawek 250ml(cukier, truskawka)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p><b>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Jajko gotowane 50g, Szynkóweczka 30g, Sałatka z ogórka świeżego z rzodkiewką 80g(ogórek świeży, rzodkiewka, olej, koper) Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>