

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 16.09.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartości odżywcze: Energia : 2375.53 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 302.90 g; Cukry proste: 31.97 g; Sód: 1530.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.90 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(makaron pszenny, mleko) Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Baleron drobiowy 60g, Serek topiony 25g, Ogórek świeży 50g, Papryka 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz biały z/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Gołąbek bez zawijania 90g (łopatka wp, kapusta biała, ryż biały, cebula, olej) Chleb pszenny, bulka tarta, olej, jaja)Fasolka szparagowa 150g, Sos pomidorowy 100ml (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna), Ziemniaki 150g, Kompot z truskawek 250ml (truskawka, cukier)Gruszka 150g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g,Chleb razowy30g Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Dżem 25g, Sałatka z pomidora i rukoli 100g (pomidor, rukola, olej) Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Wartości odżywcze: Energia : 2306.35 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 266.41 g; Cukry proste: 12.96 g; Sód: 1740.68 mg; Błonnik pokarmowy: 34.52 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(makaron pszenny, mleko), Chleb razowy 75g ,Masło 15g Baleron drobiowy 60g, Serek topiony 25g Ogórek świeży 50g, Papryka 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Brokuł gotowany ze słonecznikiem 200g</p>	<p>Barszcz biały z/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Gołąbek bez zawijania 90g (łopatka wp, kapusta biała, ryż biały, cebula, olej)Ziemniaki 150g Fasolka szparagowa 150g, , Sos pomidorowy 100ml (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) Kompot z truskawek b/ c 250ml</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Surówka z marchwi z olejem 110g</p>	<p>Chleb razowy 75g Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 16g, Sałatka z pomidora i rukoli 100g (pomidor, , rukola, olej), Herbata 250ml (herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb razowy 30g, Masło 10g, Ser żółty 30g,</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 16.09.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekko strawna Wartości odżywcze: Energia : 2250.89 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 328.71 g; Cukry proste: 57.66 g; Sód: 1957.83 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;		
Makaron na mleku 300ml(makaron pszenny, mleko), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Baleron drobiowy 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Sałatka z marchwi i jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	Barszcz biały b/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g (łopatka wp,marchew, ryż) Ziemniaki 150g Sałatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej)Sos pomidorowy 100ml (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna)Kompot z truskawek 250ml (truskawka, cukier) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i>	Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Dżem 25g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna mielona Wartości odżywcze: Energia : 2241.66 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 46.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 328.12 g; Cukry proste: 56.99 g; Sód: 1566.75 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;		
Makaron na mleku 300ml(makaron pszenny, mleko), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Baleron drobiowy 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Sałatka z marchwi i jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i> II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny :mleko,</i>	Barszcz biały b/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g (łopatka wp,marchew, ryż) Sos pomidorowy 100ml (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna)Ziemniaki150g Sałatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej)Kompot z truskawek 250ml (truskawka, cukier) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i> Pod: Kisiel z owocami z/c 200 (mąka ziemniaczana, czarna porzeczka, cukier)	Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Dżem 25g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartości odżywcze: Energia : 2130.10 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 36.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.24 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; Cukry proste: 54.46 g; Sód: 1317.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.29 g;		
Makaron na mleku 300ml(makaron pszenny, mleko Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Baleron drobiowy 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Sałatka z marchwi i jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	Barszcz biały b/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g (łopatka wp,marchew, ryż) Ziemniaki 150g Sałatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej)Sos pomidorowy 100ml (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna)Kompot z truskawek 250ml (truskawka, cukier)	Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Kielbasa krakowska 60g, Dżem 25g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 16.09.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i>		
Dieta dzieci 2 roku życia Wartości odżywcze: Energia : 2148.94 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 44.44 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 299.98 g; Cukry proste: 58.81 g; Sód: 1619.39 mg; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;		
<p>Makaron na mleku 150ml(makaron pszenny, mleko), Chleb bal. 50g ,Masło 15g, Mielonka z indyka 30g, Serek Hochland twarogowy 30g, Ogórek świeży 80g, Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Barszcz biały z/śm 200 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g (łopatka wp,marchew, ryż) Sos pomidorowy 100ml (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna)Salatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej)Ziemniaki 80g Kompot z truskawek 250ml (truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z owocami z/c 200 (mąka ziemniaczana, czarna porzeczka, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Kielbasa krakowska 30g, Dżem 25g, Sałatka z pomidora i rukoli 100g (pomidor, rukola, olej), Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartości odżywcze: Energia : 2361.61 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 52.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 372.18 g; Cukry proste: 57.54 g; Sód: 1621.78 mg; Błonnik pokarmowy: 32.92 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(makaron pszenny, mleko), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g Baleron drobiowy 60g Serek topiony 25g Ogórek świeży 50g, Papryka 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Barszcz biały z/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Gołąbek bez zawijania 90g (łopatka wp, kapusta biała, ryż biały, cebula, olej) Ziemniaki 150g Fasolka szparagowa 150g, Sos pomidorowy 100ml (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) , Kompot z truskawek 250ml (truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z owocami z/c 200 (mąka ziemniaczana, czarna porzeczka, cukier)</p>	<p>Chleb bal.70g, Chleb razowy .30g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Dżem 25g, Sałatka z pomidora i rukoli 100g (pomidor, rukola, olej) Herbata 250ml (cukier, herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>