

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 26.09.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2293.89 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 52.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; Cukry proste: 30.94 g; Sód: 1469.49 mg; Błonnik pokarmowy: 32.30 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Ser żółty 30g, Salatka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej) Kawa z mlekiem 250ml (mleko,cukier,Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Grochowa 400ml (ziemniaki, groch, marchew,seler, pietruszka, korpus kurcz., cebula, mąka, pora, czosnek) Kotlet mielony 90g(łopatka, Chleb pszenny, bulka tarta, olej, jaja) Ziemniaki 150g, Buraczki zasmażane 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,cukier) Gruszka 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta z mintaja z koncentratem i cebulą 60g, Baleron drobiowy 30g, Kalarepa 30g, Pomidor 50g, Herbata 250ml (cukier, Herbata),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, , ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Energia : 2140.80 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 242.10 g; Cukry proste: 6.81 g; Sód: 1437.99 mg; Błonnik pokarmowy: 33.46 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb graham 75g, Masło 15g Szynkóweczka 60g, Ser żółty 30g, Salatka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej)Kawa z mlekiem 250ml b/c (mleko, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Kefir 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik wieprzowy gotowany 90g(łopatka, Chleb pszenny, bulka tarta, olej, jaja) Ziemniaki 150g, Surówka z buraczków 150g Sos jarzynowy 100ml (marchew, mąka psz.pietruszka, seler) Kompot z owoców mieszanych 250ml b/c</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Fasolka szparagowa z masłem 120g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Pasta z mintaja z koncentratem 60g Baleron drobiowy 30g, Kalarepa 30g, Pomidor 50g, Herbata 250ml (, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, , ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser żółty 30g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 26.09.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekkostrawna Energia : 2147.17 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; Cukry proste: 34.86 g; Sód: 1779.81 mg; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Szynkówečka 60g, Serek tartare 20g, Sałatka z cukinii 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,cukier,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca seler</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik wieprzowy gotowany 90g(łopatka, Chleb pszenney, bułka tarta, olej, jaja) Ziemiaki 150g Sos jarzynowy 100g(marchew,seler, pietruszka, mąka, olej) Buraczki zasmażane 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Pasta z mintaja z koncentratem 60g Baleron drobiowy 30g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, , ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekkostrawna mielona Energia : 2069.68 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Tłuszcz: 44.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 277.49 g; Cukry proste: 33.96 g; Sód: 1533.37 mg; Błonnik pokarmowy: 32.87 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Szynkówečka 60g, Serek tartare 20g, Sałatka z cukinii 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,cukier,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca seler</i></p> <p>II Śniadanie: Kefir 200g <i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik wieprzowy gotowany 90g(łopatka, Chleb pszenney, bułka tarta, olej, jaja) Ziemiaki 150g, Sos jarzynowy 100g(marchew,seler, pietruszka, mąka, olej) Buraczki zasmażane 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z truskawkami z/c 200ml (mąka ziemniaczana, truskawki, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pasta z mintaja z koncentratem 60g Baleron drobiowy 30g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, , ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa Energia : 2136.89 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 324.37 g; Cukry proste: 48.50 g; Sód: 1544.77 mg; Błonnik pokarmowy: 32.64 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Szynkówečka 60g, Serek tartare 20g, Sałatka z cukinii 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko,cukier,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik wieprzowy gotowany 90g(łopatka, Chleb pszenney, bułka tarta, olej, jaja) Ziemiaki 150g, Sos jarzynowy 100g(marchew,seler, pietruszka, mąka, olej) Buraczki zasmażane 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Pasta z mintaja z koncentratem 60g Baleron drobiowy 30g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, , ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień czwartek 26.09.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Energia : 1953.21 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 299.16 g; Cukry proste: 53.72 g; Sód: 1327.30 mg; Błonnik pokarmowy: 23.08 g;		
<p>Ryż na mleku 150ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Sałatka z pomidora i rukoli 100, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 200ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik wieprzowy gotowany 90g(łopatka, Chleb pszenny, bulka tarta, olej, jaja) Ziemniaki 80g, Buraczki zasmażane 150g (burak, mąka pszenna, olej) Sos jarzynowy 100g(marchew,seler, pietruszka, mąka, olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Brzoskwinia 150g</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Pasta z mintaja z koncentratem 60g Baleron drobiowy 30g, Pomidor 50g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, jaja</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Energia : 2395.98 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 368.38 g; Cukry proste: 52.75 g; Sód: 1561.49 mg; Błonnik pokarmowy: 33.07 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Ser żółty 30g, Sałatka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej) Kawa z mlekiem 250ml (mleko,cukier,Kawa.zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Grochowa 400ml (ziemniaki, groch, marchew,seler, pietruszka, korpus kurcz., cebula, mąka, pora, czosnek) Kotlet mielony 90g(łopatka, Chleb pszenny, bulka tarta, olej, jaja)Ziemniaki 150g, Buraczki zasmażane 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka kompotowa,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Brzoskwinia 150g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta z mintaja z koncentratem i cebulą 60g Baleron drobiowy 30g, Kalarepa 30g, Pomidor 50g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca, , ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>