

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień wtorek 30.01.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartości odżywcze: Energia : 2390.72 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 314.36 g; Cukry proste: 36.16 g; Sód: 1373.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.90 g;		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko,kasza manna), Bułka grahamka 70g Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Pasta z twarogu i makreli 60g, Polędwica sopocka 30g, Ogórek kiszony 50g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250ml, (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Solferino 400ml (ziemniaki, kapusta biała, groszek, marchew, koncentrat, seler, cebula, mąka, por) Filet drobiowy smażony 100g (piersi z kurczaka, mąka, bulka tarta, jaja, olej) Ziemniaki 150g, Surówka wiosenna 150g (pomidor, sałata, ogórek, olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) Pomarańcza 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca, jaja</i></p>	<p>Chleb bal.70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser tostowy 50g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Jabłko 150g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Wartości odżywcze: Energia : 2396.27 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 288.06 g; Cukry proste: 9.79 g; Sód: 1761.12 mg; Błonnik pokarmowy: 35.40 g;		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko,kasza manna), Chleb bal.70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Polędwica sopocka 30g, Ogórek kiszony 50g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250ml, (mleko,,Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie :Brokuł gotowany 200g</p>	<p>Makaronowa 400ml (Ziemniaki, makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, wywar) Filet drob. got. 90g (piersi z kurczaka, mąka) sos jarzynowy 100ml (marchew, mąka pszenna, pietruszka, seler)Ziemniaki 150g, Surówka wiosenna 150g (pomidor, sałata, ogórek, olej)Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i></p> <p>Pod: Jogurt naturalny 100g, Krakersy 30g,</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko</i></p>	<p>Chleb bal.70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser tostowy 50g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Jabłko 150g, Herbata 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10, Krakowska 30g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień wtorek 30.01.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekko strawna Wartości odżywcze: Energia : 2358.84 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 49.50 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; Cukry proste: 38.37 g; Sód: 1849.23 mg; Błonnik pokarmowy: 35.02 g;		
Manna na mleku 300ml(mleko,kasza manna), Chleb bal.70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Połudwica sopocka 30g Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml, (mleko, cukier,Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	Makaronowa 400ml (Ziemniaki, makaron pszenny , marchew, pietruszka, seler, wywar) Filet drob. got. 90g (piersi z kurczaka, mąka) sos jarzynowy 100ml (marchew, mąka pszenna , pietruszka, seler)Ziemniaki 150g Marchew oprószana150g (marchew, mąka , olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i>	Chleb bal.70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynka z piersi kurczaka 60g, Miód 25g, Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna mielona Wartości odżywcze: Energia : 2267.54 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 44.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.85 g; Węglowodany ogółem: 348.96 g; Cukry proste: 39.00 g; Sód: 1565.16 mg; Błonnik pokarmowy: 33.77 g;		
Manna na mleku 300ml(mleko,kasza manna), Chleb bal.100g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Połudwica sopocka 30g Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml, (mleko, cukier,Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> II śniadanie: Jogurt owocowy 1szt <i>*alergeny: mleko,</i>	Makaronowa 400ml (Ziemniaki, makaron pszenny , marchew, pietruszka, seler, wywar) potrawka z kurczaka 150g (piersi z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka ,) Ziemniaki 150g, Marchew oprószana150g (marchew, mąka , olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i> Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko,</i>	Chleb bal.100g, Masło 15g, Szynka z piersi kurczaka 60g, Miód 25g, Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartości odżywcze: Energia : 2368.01 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 45.44 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 373.94 g; Cukry proste: 46.46 g; Sód: 1723.00 mg; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;		
Manna na mleku 300ml(mleko,kasza manna), Chleb bal.70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Twaróg z jogurtem 60g, Połudwica sopocka 30g Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml, (mleko, cukier,Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>	Makaronowa 400ml (Ziemniaki, makaron pszenny , marchew, pietruszka, seler, wywar) Filet drob. got. 90g (piersi z kurczaka, mąka) sos jarzynowy 100ml (marchew, mąka pszenna , pietruszka, seler)Ziemniaki 150g, Marchew oprószana150g (marchew, mąka , olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)	Chleb bal.70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Szynka z piersi kurczaka 60g, Miód 25g, Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień wtorek 30.01.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
	<i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i>	Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta dzieci 2 roku życia Wartości odżywcze: Energia : 2097.77 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 44.82 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.11 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; Cukry proste: 36.95 g; Sód: 1191.39 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;		
Manna na mleku 150ml(mleko,kasza manna), Chleb bal.50g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Polędwica sopocka 30g Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml, (mleko, cukier,Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt <i>*alergeny: mleko,</i>	Makaronowa 200ml (Ziemniaki, makaron pszenny, marchew, pietruszka, seler, wywar) potrawka z kurczaka 100g (piersi z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka,) Ziemniaki 80g, Marchew oprószana150g (marchew, mąka, olej) Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,</i> Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko,</i>	Chleb bal.50g, Masło 15g, Szynka z piersi kurczaka 60g, Miód 25g, Jabłko 150g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta dzieci dużych Wartości odżywcze: Energia : 2394.22 kcal; Białko ogółem: 117.48 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; Cukry proste: 36.34 g; Sód: 1425.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;		
Manna na mleku 300ml(mleko,kasza manna) Bulka grahamka 70g Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem 50g, Polędwica sopocka 30g Ogórek kiszony 50g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250ml, (mleko, cukier,Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt <i>*alergeny: mleko,</i>	Solferino 400ml (ziemniaki, kapusta biała, groszek, marchew, koncentrat, seler, cebula, mąka, por) Filet drobiowy smażony 100g (piersi z kurczaka, mąka, bulka tarta, jaja, olej) Ziemniaki 150g, Surówka wiosenna 150g (pomidor, sałata, ogórek, olej) Sos jarzynowy 100ml (marchew, pszenna, pietruszka, seler)Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, seler, gorczyca,jaja</i> Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko,</i>	Chleb bal.70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser tostowy 50g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Jabłko 150g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt