

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 27.11.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Energia : 2352.31 kcal; Białko ogółem: 119.12 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 327.30 g; Cukry proste: 26.16 g; Sód: 1177.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Zacierka), Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Połędwica z kurcząt 30g, Sałatka wiosenna 80g (ogórek świeży pomidor, sałata lodowa) 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, bułka tarta, olej, jaja) Ziemniaki 150g, Buraczki oprószone 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier) Pomarańcza 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja, seler, orzechy</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta z mintaja z koncentratem 60g (mintaj, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, olej) Mielonka królewska 30g, Sałatka z ogórka świeżego z rzodkiewką 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i></p> <p>Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Energia : 2313.46 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Cukry proste: 6.04 g; Sód: 1621.49 mg; Błonnik pokarmowy: 34.14 g;		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Zacierka), Chleb graham 75g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Połędwica z kurcząt 30g, Sałatka wiosenna 80g (ogórek świeży pomidor, sałata lodowa) Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Sok pomidorowy 330ml</p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik wieprzowy gotowany 90g (łopatka, Chleb pszenny, bułka tarta, olej, jaja) Ziemniaki 150g Sos jarzynowy 100g (marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Buraczki oprószone 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z truskawek 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja, seler</i></p> <p>Pod: Kefir 200</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g Pasta z mintaja z koncentratem 60g (mintaj, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, olej) Mielonka królewska 30g, Sałatka z ogórka świeżego z rzodkiewką 80g, Herbata 250ml (Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posiłek nocny: Chleb graham 30g, Twaróg 50g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 27.11.2024		Kolacja Posiłek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Energia : 2284.44 kcal; Białko ogółem: 117.22 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 360.80 g; Cukry proste: 32.68 g; Śód: 1972.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;			
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Zacierka), <b>Chleb baltonowski 100g</b> Masło 15g, <b>Jajko gotowane 50g</b>, <b>Polędwica z kurcząt 30g</b>, Sałatka z marchwi z olejem 80g, <b>Kawa z mlekiem 250ml</b> (mleko, cukier, <b>Kawa zbożowa</b>.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p><b>Koperkowa z ryżem 400ml</b>, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) <b>Klopsik wieprzowy gotowany 90g</b>(łopatka, <b>Chleb pszenny, bułka tarta</b>, olej, <b>jaja</b>) <b>Ziemiaki 150g</b> <b>Sos jarzynowy 100g</b>(marchew,<b>seler</b>, pietruszka, <b>mąka</b>, olej) <b>Buraczki oprószone 150g</b> (burak, <b>mąka pszenna</b>, olej) <b>Kompot z truskawek 250ml</b> (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g</b> <b>Masło 15g</b>, <b>Pasta z mintaja z koncentratem 60g</b> (mintaj, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, olej)<b>Mielonka królewska 30g</b>, <b>Jabłko gotowane 150g</b>, <b>Herbata 250ml</b> (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Energia : 2247.21 kcal; Białko ogółem: 107.20 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 356.96 g; Cukry proste: 31.03 g; Śód: 1839.35 mg; Błonnik pokarmowy: 31.35 g;			
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Zacierka), <b>Chleb bal.100g</b>, <b>Masło 15g</b>, <b>Polędwica z kurcząt 60g</b>, <b>Miód 25g</b>, Sałatka z marchwi z olejem 80g, <b>Kawa z mlekiem 250ml</b> (mleko, cukier, <b>Kawa zbożowa</b>.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><b>II Śniadanie :</b> Galaretka owocowa 150g</p>	<p><b>Koperkowa z ryżem 400ml</b>, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) <b>Klopsik wieprzowy gotowany 90g</b>(łopatka, <b>Chleb pszenny, bułka tarta</b>, olej, <b>jaja</b>) <b>Ziemiaki 150g</b> <b>Sos jarzynowy 100g</b>(marchew,<b>seler</b>, pietruszka, <b>mąka</b>, olej) <b>Buraczki oprószone 150g</b> (burak, <b>mąka pszenna</b>, olej) <b>Kompot z truskawek 250ml</b> (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p> <p><b>Pod:</b> Sok marchwiowy 300ml</p>	<p><b>Chleb bal. 100g</b>, <b>Masło 15g</b>, <b>Pasta z mintaja z koncentratem 60g</b> (mintaj, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, olej)<b>Mielonka królewska 30g</b>, <b>Jabłko gotowane 150g</b>, <b>Herbata 250ml</b> (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Energia : 2311.44 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 46.43 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 359.73 g; Cukry proste: 31.68 g; Śód: 1903.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;			
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Zacierka), <b>Chleb baltonowski 100g</b> <b>Masło 10g</b>, <b>Polędwica z kurcząt 60g</b>, <b>Miód 25g</b>, Sałatka z marchwi z olejem 80g, <b>Kawa z mlekiem 250ml</b> (mleko, cukier, <b>Kawa zbożowa</b>.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p><b>Koperkowa z ryżem 400ml</b>, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) <b>Klopsik wieprzowy gotowany 90g</b>(łopatka, <b>Chleb pszenny, bułka tarta</b>, olej, <b>jaja</b>) <b>Ziemiaki 150g</b> <b>Sos jarzynowy 100g</b>(marchew,<b>seler</b>, pietruszka, <b>mąka</b>, olej) <b>Buraczki oprószone 150g</b> (burak, <b>mąka pszenna</b>, olej) <b>Kompot z truskawek 250ml</b> (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g</b> <b>Masło 10g</b> <b>Pasta z mintaja z koncentratem 60g</b> (mintaj, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, olej)<b>Mielonka królewska 30g</b>, <b>Jabłko gotowane 150g</b>, <b>Herbata 250ml</b> (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 27.11.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 1865.87 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 45.94 g; Kw. tłuszcz.: 16.64 g; Węglowodany ogółem: 310.53 g; Cukry proste: 30.30 g; Żelazo: 1401.96 mg; Błonnik pokarmowy: 20.44 g;		
<b>Zacierka na mleku 150ml (mleko, Zacierka), Chleb bal.50g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 60g, Miód 25g, Sałatka wiosenna 80g (ogórek świeży pomidor, sałata lodowa) Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</b>  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie :</b> Galaretka owocowa 150g	<b>Koperkowa z ryżem 200ml</b> , (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) <b>Klopsik wieprzowy gotowany 90g</b> (łopatka, <b>Chleb pszenny, bułka tarta</b> , olej, <b>jaja</b> ) <b>Ziemniaki 150g</b> <b>Sos jarzynowy 100g</b> (marchew,seler, pietruszka, <b>mąka</b> , olej) <b>Buraczki oprószone 150g</b> (burak, <b>mąka pszenna</b> , olej) <b>Kompot z truskawek 250ml</b> (truskawki, cukier)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i>  <b>Pod:</b> Sok marchwiowy 300ml	<b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15, Pasta z mintaja z koncentratem 60g (mintaj, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, olej)</b> <b>Mielonka królewska 30g</b> , Jabłko 150g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta dzieci dużych</b> Energia : 2380.16 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tłuszcz.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; Cukry proste: 29.63 g; Żelazo: 1083.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;		
<b>Zacierka na mleku 300ml(mleko, Zacierka), Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Polędwica z kurcząt 30g, Sałatka wiosenna 80g (ogórek świeży pomidor, sałata lodowa) <b>Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa,</b>)   <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>   <b>II Śniadanie :</b> Galaretka owocowa 150g       </b>	<b>Grochowa 400ml</b> (ziemniaki, groch, marchew,seler, pietruszka, korpus kurcz., cebula, <b>mąka</b> , pora, czosnek) <b>Kotlet mielony 90g</b> (łopatka, <b>Chleb pszenny, bułka tarta</b> , olej, <b>jaja</b> ) <b>Ziemniaki 150g, Buraczki oprószone 150g</b> (burak, <b>mąka pszenna</b> , olej) <b>Kompot z truskawek 250ml</b> (truskawki, cukier)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i>  <b>Pod:</b> Sok marchwiowy 300ml	<b>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Pasta z mintaja z koncentratem 60g (mintaj, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, olej)</b> <b>Mielonka królewska 30g</b> , Sałatka z ogórka świeżego z rzodkiewką 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)  <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt