

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 29.11.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
Dieta podstawowa E _{ergi} : 2366.94 kcal; B _{iko} ogółem: 96.61 g; T _{uszcz} : 65.62 g; Kw. t _{uszcz} . S _{yco} : 18.62 g; Węglowod _y ogółem: 325.84 g; Cukry proste: 40.16 g; _{ód} : 1628.56 mg; B _{ok} pok _{rmowy} : 31.84 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Polędwica z kurcząt 30g, Mix sałat 30g, Papryka 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, śmietana natka pietr.), Filet z dorsza smażony 100g (dorsz, bułka tarta, olej, jajka,) Ziemniaki 150g, Kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml (czarna porzeczka, cukier) Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej) Koktajl truskawkowy 200g (maślanka, jogurt naturalny, truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Pasztet drobiowy 60g, Ser deliser 20g, Sałatka z ogórka kiszonego 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa E _{ergi} : 2351.34 kcal; B _{iko} ogółem: 117.21 g; T _{uszcz} : 83.68 g; Kw. t _{uszcz} . S _{yco} : 26.43 g; Węglowod _y ogółem: 307.48 g; Cukry proste: 16.99 g; _{ód} : 1583.22 mg; B _{ok} pok _{rmowy} : 31.79 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb graham 75g, Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Polędwica z kurcząt 30g, Mix sałat 30g, Papryka 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Surówka z kalarepy z jogurtem i koperkiem 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, śmietana natka pietr.), Filet z dorsza z pieca 90g, Ziemniaki 150g, Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej) Kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Brokuł gotowany 150g</p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Pasztet drobiowy 60g, Ser deliser 20g Sałatka z ogórka kiszonego 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posiłek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Mielonka królewska 30g</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 29.11.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
Dieta łatwostrawna E _{ergi} : 2276.60 kcal; B _{ilko} ogółem: 115.80 g; T _{uszcz} : 59.07 g; Kw. t _{uszcz} . S _{yco} : 18.65 g; Węglowod _{ny} ogółem: 324.01 g; Cukry proste: 44.78 g; _{ód} : 1347.05 mg; B _{lik pok} rmowy: 30.12 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Polędwica z kurcząt 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza z pieca 90g, Ziemniaki 150g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat Paprykaowy, olej, mąka) Kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml (czarna porzeczka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Paszтет drobiowy 60g, Ser deliser 20g Sałatka z buraczków i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Energia : 2140.05 kcal; B _{ilko} ogółem: 103.07 g; T _{uszcz} : 59.03 g; Kw. t _{uszcz} . S _{yco} : 17.94 g; Węglowod _{ny} ogółem: 340.96 g; Cukry proste: 55.18 g; _{ód} : 963.28 mg; B _{lik pok} rmowy: 31.11 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Polędwica z kurcząt 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (maślanka, jogurt naturalny, truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Pulpet rybny 90g (dorsz., bulka tarta, marchew, seler, pietruszka, Jajko) Ziemniaki 150g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat Paprykaowy, olej, mąka) Kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml (czarna porzeczka, cukier) Koktajl truskawkowy 200g (maślanka, jogurt naturalny, truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Mielonka królewska 60g, Serek Hochland twarogowy 30g, Sałatka z buraczków i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa E _{ergi} : 2214.26 kcal; B _{ilko} ogółem: 116.63 g; T _{uszcz} : 43.57 g; Kw. t _{uszcz} . S _{yco} : 16.14 g; Węglowod _{ny} ogółem: 336.29 g; Cukry proste: 49.97 g; _{ód} : 1069.60 mg; B _{lik pok} rmowy: 30.76 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Mus z jabłka 80g, Polędwica z kurcząt 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza z pieca 90g, Ziemniaki 150g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat Paprykaowy, olej, mąka) Kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml (czarna porzeczka, cukier) Koktajl truskawkowy 200g (maślanka, jogurt naturalny, truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g Mielonka królewska 60g, Ser deliser 20g Sałatka z buraczków i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 29.11.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia E _{ergi} : 1907.01 kcal; B _{iko} ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 57.44 g; Kw. tłuszcz. _{syco} : 16.70 g; Węglowod _y ogółem: 323.31 g; Cukry proste: 46.77 g; _{ód} : 1041.66 mg; B _{ok} pok _{rmowy} : 25.46 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 150ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 50g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Polędwica z kurcząt 30g, Mus z jabłka 80g, Masło 15g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (maślanka, jogurt naturalny, truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 200 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, śmietana natka pietr.), Pulpet rybny 90g (dorsz., bulka tarta, marchew, seler, pietruszka, Jajko) Ziemniaki 80g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat Paprykaowy, olej, mąka) Kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml (czarna porzeczka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Mielonka królewska 60g, Ser deliser 20g Sałatka z buraczków i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych E _{ergi} : 2363.94 kcal; B _{iko} ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tłuszcz. _{syco} : 20.31 g; Węglowod _y ogółem: 356.84 g; Cukry proste: 47.76 g; _{ód} : 1728.56 mg; B _{ok} pok _{rmowy} : 33.64 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Mix sałat 30g, Papryka 50g Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (maślanka, jogurt naturalny, truskawka, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, śmietana natka pietr.), Filet z dorsza smażony 100g (dorsz, bułka tarta, olej, jajka Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml (czarna porzeczka, cukier) ,</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 60g, Ser deliser 20g, Sałatka z ogórka kiszonego 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>