

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 2.12.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartość kaloryczna :2368,52    Białko:96,66    Tłuszcze: 59,61    Kwasy tłuszczowe: 21,05    Węglowodany:359,83    Cukry Proste:37,99    Sód:1295,37    Błonnik:33,49		
<p><b>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Południca z warzywami 60g, Miód 25g, Surówka z rzodkiewki i mixu sałat z olejem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p><b>Ogórkowa 400ml</b>(ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) <b>Klopsik drobiowy z pieca 90g</b> (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) <b>Sos pomidorowy 100ml</b> (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)<b>Makaron pełnoziarnisty 200g</b> , Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) Jabłko 150g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g, Kurczak w galarecie 30g, Jajko gotowane 50g</b> Ogórek świeży 50g, Papryka 30g , Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartość kaloryczna:2347,83    Białko:113,03    Tłuszcze:70,96    Kwasy tłuszczowe:22,84    Węglowodany:336,58    Cukry Proste:8,81    Sód:918,58    Błonnik:32,50		
<p><b>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb graham 75g Masło 15g, Południca z warzywami 60g, Ser deliser 20g, Surówka z rzodkiewki i mixu sałat z olejem 80g,Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie :</b> Surówka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 100g</p>	<p><b>Koperkowa z ryżem 400ml,</b> (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) <b>Klopsik drobiowy z pieca 90g</b> (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) <b>Sos pomidorowy 100ml</b> (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)<b>Makaron pełnoziarnisty 200g,</b> Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Brokuł gotowany 150g</p>	<p><b>Chleb graham 75g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g Kurczak w galarecie 30g,</b> Ogórek świeży 50g, Papryka 30g , Herbata 250ml b/c (Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Chleb graham 30g, Masło 10g, Salceson 30g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 2.12.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
Dieta lekko strawna      Wartość kaloryczna:2395,99 Białko:95,80 Tłuszcz:50,49 Kwasy tłuszczowe:18,81 Węglowodany:378,85 Cukry Proste:47,20 Sód:1277,92 Błonnik :32,23		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 60g, Miód 25g, Sałatka z buraczków 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszką, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos pomidorowy 100ml (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej) Makaron pełnoziarnisty 200g Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g Kurczak w galarecie 30g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i> <i>Posiłek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekko strawna mielona      Wartość kaloryczna:2230,39 Białko:95,68 Tłuszcz:48,69 Kwasy tłuszczowe:18,30 Węglowodany:350,73 Cukry Proste:46,44 Sód:1014,72 Błonnik:31,15		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 100 g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 60g, Miód 25g, Sałatka z buraczków 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  II: Śniadanie: Chrupki 30g</p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszką, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos pomidorowy 100ml (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej) Makaron pełnoziarnisty 200g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i> Pod: Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Kurczak w galarecie 60g, Dżem 25, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i> <i>Posiłek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna:2296,44 Białko:101,21 Tłuszcz:37,13 Kwasy tłuszczowe:13,91 Węglowodany:378,98 Cukry Proste:35,52 Sód:1011,37 Błonnik:31,25		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Polędwica z warzywami 60g, Miód 25g, Sałatka z buraczków 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszką, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos pomidorowy 100ml (koncentrat pomidorowy, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) sałatka z selera i jabłka 150g(seler, jabłko, olej) Makaron pełnoziarnisty 200g Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Kurczak w galarecie 60g, Dżem 25, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i> <i>Posiłek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 2.12.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> <b>Wartość kaloryczna:1946,78 Białko:81,81 Tłuszcz:45,34 Kwasy tłuszczowe:14,50 Węglowodany:292,30 Cukry proste:44,22 Sód:874,24 Błonnik:24,76</b>		
<p><b>Płatki owsiane na mleku 150ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Południca z warzywami 60g, Miód 25g, Mix sałat 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Sok marchwiowy 300ml</p>	<p><b>Koperkowa z ryżem 200ml,</b> (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) <b>Klopsik drobiowy z pieca 90g</b> (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) <b>Sos pomidorowy 50ml</b> (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) <b>sałatka z selera i jabłka 80g</b>(seler, jabłko, olej) <b>Makaron pełnoziarnisty 100g,</b> Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)</p>	<p><b>Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Kurczak w galarecie 60g, Dżem 25, Ogórek świeży 50g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> <b>Wartość kaloryczna:2390,47 Białko:96,30 Tłuszcz:54,45 Kwasy tłuszczowe:21,03 Węglowodany:383,06 Cukry proste:42,84 Sód:1295,51 Błonnik:34,21</b>		
<p><b>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Południca z warzywami 60g, Miód 25g, Surówka z rzodkiewki i mixu sałat z olejem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Sok marchwiowy 300ml</p>	<p><b>Ogórkowa 400ml</b>(ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) <b>Klopsik drobiowy z pieca 90g</b> (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) <b>Sos pomidorowy 100ml</b> (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) <b>Surówka z kapusty czerwonej 150g</b>(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)<b>Makaron pełnoziarnisty 200g,</b> Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)</p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g Kurczak w galarecie 30g, Ogórek świeży 50g, Papryka 30g , Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>