

| Śniadanie II Śniadanie | Jadłospis na dzień niedziela 11.02.2024r. Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nocny |
|--|--|--|
| Dieta podstawowa Energia : 2270.12 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 51.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 322.84 g; Cukry proste: 43.37 g; Sód: 1751.22 mg; Błonnik pokarmowy: 32.67 g; | | |
| <p>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Baleron drobiowy 60g, Krem orzechowy 20g, Salátka 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, orzechy</i></p> | <p>Pomidorowa z makaronem z/śm 400ml (makaron pszenny,koncentrat Pomidorowy, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Filet drobiowy smażony 100g (piersi z kurczaka, mąka, bułka tarta, jaja, olej) Ziemniaki 150g, Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej),, Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml (mieszanka Kompotowa, cukier) Pomarańcza 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p> | <p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p> |
| Dieta cukrzycowa Energia : 2276.66 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 320.83 g; Cukry proste: 27.53 g; Sód: 1667.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g; | | |
| <p>Manna na mleku 300ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g , Baleron drobiowy 60g, Twarożek Haga 16g, Salátka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej) Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p> | <p>Pomidorowa z makaronem b/śm 400ml (makaron pszenny,koncentrat Pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, mąka) Filet drob. got. 90g (piersi z kurczaka, mąka) Sos jarzynowy 100g(marchew, mąka, pietruszka, seler) Ziemniaki 150g Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej), Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml (mieszanka Kompotowa,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy b/c 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p> | <p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser topiony 25g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> |

| Śniadanie II Śniadanie | Jadłospis na dzień niedziela 11.02.2024r. Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nocny |
|---|---|--|
| Dieta lekkostrawna Energia : 2238.34 kcal; Białko ogółem: 114.87 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 320.44 g; Cukry proste: 50.52 g; Sód: 1761.30 mg; Błonnik pokarmowy: 32.71 g; | | |
| <p>Manna na mleku 300ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Baleron drobiowy 60g, Krem orzechowy 20g Sałatka z cukinii 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, orzechy</i></p> | <p>Pomidorowa z makaronem z/śm 400ml (makaron pszenny, koncentrat Pomidorowy, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Filet drob. got. 90g (piersi z kurczaka, mąka) Sos jarzynowy 100g(marchew, mąka, pietruszka, seler) Ziemniaki 150g Sałatka z marchwi i jabłka 150g (marchew, jabłko olej) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml (mieszanka Kompotowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> | <p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Sałatka z selera i jabłka 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p> |
| Dieta lekkostrawna mielona Energia : 2158.95 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 49.01 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 320.86 g; Cukry proste: 50.54 g; Sód: 1655.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.92 g; | | |
| <p>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100 g, Masło 15g, Baleron drobiowy 60g, Krem orzechowy 20g Sałatka z cukinii 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, orzechy</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny :mleko</i></p> | <p>Pomidorowa z makaronem z/śm 400ml (makaron pszenny, koncentrat Pomidorowy, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) potrawka z kurczaka 150g(piersi z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka) Ziemniaki 150g, Sałatka z marchwi i jabłka 150g (marchew, jabłko olej) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml (mieszanka Kompotowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy z/c 200g <i>* alergeny: mleko</i></p> | <p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g Sałatka z selera i jabłka 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p> |
| Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa Energia : 2225.48 kcal; Białko ogółem: 118.28 g; Tłuszcz: 38.33 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 325.23 g; Cukry proste: 58.86 g; Sód: 1673.17 mg; Błonnik pokarmowy: 30.27 g; | | |
| <p>Manna na mleku 300ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 10g, , Baleron drobiowy 60g, Twarożek Haga 16g, Sałatka z cukinii 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> | <p>Pomidorowa z makaronem b/śm 400ml (makaron pszenny, koncentrat Pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, mąka) Filet drob. got. 90g (piersi z kurczaka, mąka) Sos jarzynowy 100g(marchew, mąka, pietruszka, seler) Ziemniaki 150g Sałatka z marchwi i jabłka 150g (marchew, jabłko olej) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml (mieszanka Kompotowa, cukier)</p> | <p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 10g , Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g Sałatka z selera i jabłka 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> |

| Śniadanie II Śniadanie | Jadłospis na dzień niedziela 11.02.2024r. Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nocny |
|---|---|---|
| *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca,</i> | *alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca, seler</i> | Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt |
| Dieta dzieci 2 roku życia Energia : 1870.11 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 45.84 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 323.04 g; Cukry proste: 54.52 g; Sód: 1322.83 mg; Błonnik pokarmowy: 24.71 g; | | |
| <p>Manna na mleku 150ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Baleron drobiowy 60g, Krem orzechowy 20g, Sałatka z cukinii 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p>*alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca, orzechy</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p>*alergeny :<i>mleko</i></p> | <p>Pomidorowa z makaronem z/śm 200ml (makaron pszenny, koncentrat Pomidorowy, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) potrawka z kurczaka 150g (piersi z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka) Sałatka z marchwi i jabłka 150g (marchew, jabłko olej) Ziemniaki 80g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml (mieszanka Kompotowa, cukier)</p> <p>*alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy z/c 200g</p> <p>*alergeny: <i>mleko</i></p> | <p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p>*alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p> |
| Dieta dzieci dużych Energia : 2358.00 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; Cukry proste: 58.18 g; Sód: 1856.33 mg; Błonnik pokarmowy: 33.03 g; | | |
| <p>Manna na mleku 300ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Baleron drobiowy 60g, Krem orzechowy 20g, Sałatka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej) Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p>*alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca, orzechy</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p>*alergeny :<i>mleko</i></p> | <p>Pomidorowa z makaronem z/śm 400ml (makaron pszenny, koncentrat Pomidorowy, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Filet drobiowy smażony 100g (piersi z kurczaka, mąka, bułka tarta, jaja, olej) Ziemniaki 150g, Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej), Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml (mieszanka Kompotowa, cukier)</p> <p>*alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca, jaja, seler</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy z/c 200g</p> <p>*alergeny: <i>mleko</i></p> | <p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g Ogórek świeży 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p>*alergeny: <i>gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p> |