

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 11.01.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2359.04 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; Cukry proste: 45.71 g; Sód: 1665.14 mg; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Jajko gotowane 50g, Polędwica z warzywami 30g, Sałatka z pomidora i rukoli 100g(pomidor, rukola, olej) Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz biały z/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Fasola w sosie pomidorowym 250g (fasola biała, boczek, kielbasa zwyczajna, marchew, cebula, konc.pomid. mąka, seler) Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) Pomarańcza 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Salceson 60g, Dżem 25g, Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g(biała rzodkiew, jogurt naturalny sałata), Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Energia : 2304.17 kcal; Białko ogółem: 116.37 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 318.28 g; Cukry proste: 25.86 g; Sód: 1610.38 mg; Błonnik pokarmowy: 33.48 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb graham 75g, Masło 15g Jajko gotowane 50g, Polędwica z warzywami 30g Sałatka z pomidora i rukoli 100g(pomidor, rukola, olej) ,Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok pomidorowy 300 ml</p>	<p>Barszcz biały z/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Bitka wieprzowa duszona 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) Ziemniaki 150g Surówka z marchwi i jabłka 150g (marchew, jabłko, olej) Kompot truskawkowy b/c 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Kefir 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g Salceson 60g, Ser deliser 20g, Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g(biała rzodkiew, jogurt naturalny sałata), Herbata 250ml (Herbata),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Twaróg 50g</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 11.01.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Energia : 2352.11 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 352.64 g; Cukry proste: 51.84 g; Sód: 1995.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;		
Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 100g Jajko gotowane 50g, Polędwica z warzywami 30g, Pomidor bez skóry 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i>	Barszcz biały b/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miod., mąka, mleko) Bitka wieprzowa duszona 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) Ziemniaki 150g Sałatka z marchwi i jabłka 150g (marchew, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>	Chleb baltonowski 100g Masło 15g Salceson 60g, Dżem 25g, Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata, cukier), <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna mielona Energia : 2218.49 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 345.54 g; Cukry proste: 51.51 g; Sód: 1747.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		
Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 100g, Polędwica z warzywami 60g, Twarożek Haga 20g, Pomidor bez skóry 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i> II Śniadanie: Galaretka owocowa 150g	Barszcz biały b/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miod., mąka, mleko) Klopsik wp 90g (szynka b/k, jajko, bulka tarta, Chleb pszenny, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) ziemniaki 150g, Sałatka z marchwi i jabłka 150g (marchew, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i> Pod: Budyń waniliowy z/c 200g (mleko, budyń waniliowy, cukier) <i>*alergeny: mleko</i>	Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Kielbasa krakowska60g, Dżem 25g, Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata, cukier), <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Energia : 2230.59 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 356.59 g; Cukry proste: 51.36 g; Sód: 1898.15 mg; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;		
Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 100g Polędwica z warzywami 60g, Twarożek Haga 20g Pomidor bez skóry 80g, Masło 10g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier) <i>*alergeny : mleko, gluten</i>	Barszcz biały b/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miod., mąka, mleko) Bitka wieprzowa duszona 90g (szynka b/k, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) Ziemniaki 150g Sałatka z marchwi i jabłka 150g (marchew, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>	Chleb baltonowski 100g Masło 10g Kielbasa krakowska60g, Dżem 25g, Jabłko gotowane 150g,Herbata 250ml (Herbata, cukier), <i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień sobota 11.01.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Energia : 2044.97 kcal; Białko ogółem: 80.28 g; Tłuszcz: 46.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 309.72 g; Cukry proste: 53.81 g; Sód: 1498.65 mg; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;		
<p>Makaron na mleku 150ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 50g, Polędwica z warzywami 60g, Twarożek Haga 20g Sałatka z pomidora 100g(pomidor, sałata, olej) , Masło 15g Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Pomarańcza 150g</p>	<p>Barszcz biały z/śm 200 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko) Klopsik wp 90g (szynka b/k, jajko, bułka tarta, Chleb pszenny, mąka pszenna) Sos pomidorowy 100g(marchew, konc.pomid. mąka, pietruszka, seler) ziemniaki 80g, Sałatka z marchwi i jabłka 150g (marchew, Jabłko, olej), Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy z/c 200g (mleko, budyń waniliowy, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g Masło 15g Kielbasa krakowska60g, Dżem Dżem 25g, Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Energia : 2374.13 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 386.55 g; Cukry proste: 53.66 g; Sód: 1755.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron pszenny) Chleb baltonowski 70g,Chleb graham30g, Masło 15g Jajko gotowane 50g,Polędwica z warzywami 30g, Sałatka z pomidora i rukoli 100g(pomidor, rukola, olej) Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Pomarańcza 150g</p>	<p>Barszcz biały z/śm 400 ml (ziemniaki, marchew, maślanka, śmietana, pietruszka, seler, korpus z kurcz., polędwica miód., mąka, mleko Fasola w sosie pomidorowym 250g (fasola biała, boczek, kielbasa zwyczajna, marchew, cebula, konc.pomid. mąka, seler) Ziemniaki 150g Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Budyń waniliowy z/c 200g (mleko, budyń waniliowy, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Salceson 60g, Dżem 25g, Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g(biała rzodkiew, jogurt naturalny sałata), Herbata 250ml (Herbata, cukier),</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>