

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 27.01.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2286.41 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 289.19 g; Cukry proste: 30.79 g; Sód: 1755.63 mg; Błonnik pokarmowy: 32.31 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(Makaron pszenny, mleko), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g., Masło 15g, Szynka z piersi kurczaka 60g, Ser deliser 20g, Surówka z ogórka świeżego i rzodkiewki 100g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) Bigos 250g(kapusta biała, kapusta kiszona, cebula, boczek, kiełbasa zwyczajna, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier) Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca jaja, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Dżem 1szt, Sałatka z pomidora z rukolą 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Energia : 2230.00 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 46.67 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 238.44 g; Cukry proste: 7.04 g; Sód: 1619.14 mg; Błonnik pokarmowy: 34.22 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(Makaron pszenny, mleko), Chleb graham 75g, Masło 15g, Szynka z piersi kurczaka 60g, Ser deliser 20g, Surówka z ogórka świeżego i rzodkiewki 100g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny ,mleko</i></p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) Roladka drobiowa duszona 90g(filet z piersi, mąka pszenna, olej) Surówka z kapusty białej 150g(kapusta biała, marchew, olej), Sos koperkowy 100g, (marchew, seler, mąka, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, herbata miętowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca sele</i></p> <p>Pod:Sałatka Caprese 150g (Pomidor, Ser mozzarella, bazyliia, olej)</p> <p><i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 16g, Sałatka z pomidora z rukolą 80g, Herbata b/c 250ml (Herbata czarna.)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Serek topiony 25g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 27.01.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Energia : 2211.13 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 50.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 293.08 g; Cukry proste: 34.54 g; Sód: 1912.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(Makaron pszenny, mleko), Chleb baltonowski 100g Masło 15g Szyńka z piersi kurczaka 60g, Ser deliser 20g, Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Roladka drobiowa duszona 90g(filet z piersi, mąka pszenna, olej) Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Sos koperkowy 100g, (marchew, seler, mąka, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier) Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca jaja, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Dżem 1szt, Sałatka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Energia : 2162.64 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 49.56 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 300.85 g; Cukry proste: 34.98 g; Sód: 1816.91 mg; Błonnik pokarmowy: 31.23 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(Makaron pszenny, mleko), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Szyńka z piersi kurczaka 60g, Twarożek Haga 1szt, Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Potrąwka drobiowa 150g, (filet z piersi marchew, seler, mąka pszenna , olej) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier) <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca jaja, seler</i></p> <p>Pod:Kisiel z truskawkami z/c 200g(mąka ziemniaczana, cukier, owoce mrożone)</p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Dżem 1szt, Sałatka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Energia : 2104.98 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 42.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.01 g; Węglowodany ogółem: 311.18 g; Cukry proste: 45.46 g; Sód: 1678.49 mg; Błonnik pokarmowy: 30.78 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(Makaron pszenny, mleko), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Ser deliser 20g, Szyńka z piersi kurczaka 60g, Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Barszcz czerwony b/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mąka) Roladka drobiowa duszona 90g(filet z piersi, mąka pszenna, olej) Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Sos koperkowy 100g, (marchew, seler, mąka, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier) Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Kielbasa krakowska 60g, Dżem 1szt, Sałatka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadlospis na dzień poniedziałek 27.01.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Energia : 1940.12 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 44.75 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; Cukry proste: 46.96 g; Sód: 1681.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;		
<p>Makaron na mleku 150ml(Makaron pszenny, mleko) Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Ser deliser 20g, Szynka z piersi kurczaka 60g Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 200ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) Potrawka drobiowa 150g, (filet z piersi marchew, seler, mąka pszenna , olej) Sałatka z marchwi i jabłka 150g, Ziemniaki 80g., Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca jaja, seler</i></p> <p>Pod:Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, cukier, owoce mrożone)</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Dżem 1szt, Sałatka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Energia : 2369.51 kcal; Białko ogółem: 98.57 g; Tłuszcz: 49.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 327.42 g; Cukry proste: 44.90 g; Sód: 1757.03 mg; Błonnik pokarmowy: 33.18 g;		
<p>Makaron na mleku 300ml(Makaron pszenny, mleko) Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Szynka z piersi kurczaka 60g, Ser deliser 20g, Surówka z ogórka świeżego i rzodkiewki 100g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p>Barszcz czerwony z/śm 400ml (burak, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, śmietana, mąka) Roladka drobiowa duszona 90g(filet z piersi, mąka pszenna, olej) Surówka z kapusty białej 150g(kapusta biała, marchew, olej), Sos koperkowy 100g, (marchew, seler, mąka, olej) Ziemniaki 150g Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca jaja, seler</i></p> <p>Pod:Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, cukier, owoce mrożone)</p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Dżem 1szt, Sałatka z pomidora z rukolą 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>