

<p>P</p> <p>Śniadanie II Śniadanie</p>	<p>Jadłospis na dzień poniedziałek 3.02.2025</p> <p>Obiad Podwieczorek</p>	<p>Kolacja Posilek nocny</p>
<p>Dieta podstawowa 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>		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Połudwica z warzywami 60g, Miód 25g, Surówka z rzodkiewki i mixu sałat z olejem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Ogórkowa 400ml(ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos pomidorowy 100ml (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)Makaron pełnoziarnisty 200g , Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa) Jabłko 150g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 30g, Jajko gotowane 50g Ogórek świeży 50g, Papryka 30g , Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<p>Dieta cukrzycowa 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>		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb graham 75g Masło 15g, Połudwica z warzywami 60g, Ser deliser 20g, Surówka z rzodkiewki i mixu sałat z olejem 80g,Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Surówka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 100g</p>	<p>Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos pomidorowy 100ml (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)Makaron pełnoziarnisty 200g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Brokuł gotowany 150g</p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g Pieczeń wiedeńska 30g, Ogórek świeży 50g, Papryka 30g , Herbata 250ml b/c (Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Salceson 30g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

P Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 3.02.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna 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		
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>	Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bulka 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>	Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Jajko gotowane 50g Pieczeń wiedeńska 30g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna 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		
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	Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bulka 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)	Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Dżem 25, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt
Dieta łatwostrawna 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		
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>	Koperkowa z ryżem 400ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bulka 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>	Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Pieczeń wiedeńska 60g, Dżem 25, Pomidor bez skóry 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna), <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca,</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt

P Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 3.02.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna:1946,78 Bialko:81,81 Tłuszcz:45,34 Kwasy tłuszczowe:14,50 Węglowodany:292,30 Cukry proste:44,22 Sód:874,24 Błonnik:24,76		
<p>Płatki owsiane na mleku 150ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Połudwica z warzywami 60g, Dżem 25g, Mix sałat 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Koperkowa z ryżem 200ml, (ryż brązowy, marchew, pietruszka, seler, koper) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos pomidorowy 50ml (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) salatka z seler a i jabłka 80g(seler, jabłko, olej) Makaron pelnoziarnisty 100g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Dżem 25, Ogórek świeży 50g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna:2390,47 Bialko:96,30 Tłuszcz:54,45 Kwasy tłuszczowe:21,03 Węglowodany:383,06 Cukry proste:42,84 Sód:1295,51 Błonnik:34,21		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, Płatki owsiane), Chleb razowy 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Połudwica z warzywami 60g, Miód 25g, Surówka z rzodkiewki i mixu sałat z olejem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Ogórkowa 400ml(ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Klopsik drobiowy z pieca 90g (mięso drob, bułka tarta, mąka, jaja) Sos pomidorowy 100ml (koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler) Surówka z kapusty czerwonej 150g(kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej)Makaron pelnoziarnisty 200g, Kompot z owoców mieszanych 250ml (cukier, mieszanka Kompotowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p>Pod: Kisiel z truskawkami z/c 200g (mąka ziemniaczana, truskawka, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Jajko gotowane 50g Pieczeń wiedeńska 30g, Ogórek świeży 50g, Papryka 30g , Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>