

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 14.02.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartość kaloryczna: 2243,17 Białko:92,92 Tłuszcz:61,95 Kwasy tłuszczowe:20,73 Węglowodany:278,73 Cukry Proste:39,87 Sód:1946,56 Błonnik:31,73		
<p><b>Płatki jaglane na mleku 300ml( mleko,Płatki jaglane)Bulka grahamska 70g, Chleb baltonowski 30g, Ser tostowy 60g (3szt), Serek Hochland twarogowy 30g, Papryka 30g, Pomidor 50g, Masło 15g, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p><b>Kalafiorowa z/ śm 400ml</b> (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) <b>Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g</b>(ryż, jabłko prażone, mleko) <b>Sos jogurtowo-truskawkowy 150g</b>(jogurt naturalny, truskawka, cukier)Kisiel płynny 250ml (Kisiel, cukier) Mandarynka 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb grahamski 30g Masło 15g Serek wiejski 60g, Miód 25g, Ogórek świeży 80g , Herbata 250ml (Herbata, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, ryby, seler</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartość kaloryczna: 2212,07 Białko:95,02 Tłuszcz:64,54 Kwasy Tłuszczowe:18,46 Węglowodany:264,32 Cukry Proste: 31,64 Sód:1916 Błonnik:34,55		
<p><b>Płatki jaglane na mleku 300ml( mleko,Płatki jaglane) Chleb baltonowski 70g, Chleb grahamski 30g Ser tostowy 60g (3szt), Serek Hochland twarogowy 30g, Papryka 30g, Pomidor 50g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko)</b></p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie :</b> Mandarynka 2szt</p>	<p><b>Kalafiorowa b/ śm 400ml</b> (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, mąka psz.) <b>Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g</b>(ryż, jabłko prażone, mleko), <b>Sos jogurtowo-truskawkowy 150g</b>(jogurt naturalny, truskawka, cukier) Kisiel płynny 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p> <p><b>Pod:</b> Surówka z marchwi z olejem 110g</p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb grahamski 30g Masło 15g, Serek wiejski 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (Herbata )</b></p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, ryby, seler</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Chleb grahamski 30g, Masło 10g, Pasta z jajka 30g,</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten,</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 14.02.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta lekko strawna</b> <b>Wartość kaloryczna: 2120,72 Bialko:85,09 Tluszcz:57,23 Kwasy tluszczowe:18,48 Węglowodany:278,05 Cukry Proste:39,69 Sód:1452,06 Błonnik:32,32</b>		
<p>Płatki jaglane na mleku 300ml( mleko,Płatki jaglane Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30gMasło 15g Ser deliser 60g, (3 plastry), Serek Hochland twarogowy 30g, Sałatka z marchwi 80g, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Kalafiorowa z/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g(ryż, jabłko prażone, mleko), Sos jogurtowo-truskawkowy 150g(jogurt naturalny, truskawka, cukier)Kisiel płynny 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Serek wiejski 60g, Miód 25g, Sałatka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, ryby, seler</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta lekko strawna mielona</b> <b>Wartość kaloryczna: 2043,12 Bialko:84,83 Tluszcz:51,21 Kwasy tluszczowe:16,10 Węglowodany: 284,57 Cukry Proste:38,41 Sód:1452,61 Błonnik:30,48</b>		
<p>Płatki jaglane na mleku 300ml( mleko,Płatki jaglane Chleb baltonowski 100 g Kielbasa krakowska 30g, Serek Hochland twarogowy 30g, Sałatka z marchwi 80g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Chrupki 30g</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Kalafiorowa z/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g(ryż, jabłko prażone, mleko), Sos jogurtowo-truskawkowy 150g(jogurt naturalny, truskawka, cukier) Kisiel płynny 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler, jaja</i></p> <p>Pod: Biszkopty 30g</p> <p><i>*alergeny : mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g Serek wiejski 60g, Miód 25g, Sałatka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, ryby, seler</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta lekko strawna niskotluszczowa</b> <b>Wartość kaloryczna: 2022,26 Bialko:82,31 Tluszcz:48,42 Kwasy tluszczowe:15,54 Węglowodany:268,80 Cukry Proste:38,33 Sód:1533,19 Błonnik:30,72</b>		
<p>Płatki jaglane na mleku 300ml( mleko,Płatki jaglane Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g Ser deliser 60g, (3 plastry) Serek Hochland twarogowy 30g, Sałatka z marchwi 80g, Masło 10g, Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Kalafiorowa b/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, mąka psz.) Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g(ryż, jabłko prażone, mleko), Sos jogurtowo-truskawkowy 150g(jogurt naturalny, truskawka, cukier)Kisiel płynny 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 10g Serek wiejski 60g, Miód 25g, Sałatka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata, cukier)</p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, ryby, seler</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 14.02.2024  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia      Wartość kaloryczna: 1882,27 Bialko:60,66 Tluszcz:45,35 Kwasy Tluszczowe:12,37 Węglowodany:205,25 Cukry Proste:40,00 Sód:1209,74 Błonnik:19,68</b>		
<p><b>Płatki jaglane na mleku 300ml( mleko,Płatki jaglane)Chleb baltonowski 50 g Ser deliser 60g, (3 plastry) Serek Hochland twarogowy 30g, Pomidor 50g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 2szt</p>	<p><b>Kalafiorowa z/ śm 400ml</b> (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) <b>Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g</b>(ryż, jabłko prażone, mleko), <b>Sos jogurtowo-truskawkowy 150g</b>(jogurt naturalny, truskawka, cukier)Kompot z jabłka z miętą 250ml(jabłko, Herbata miętowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b>Sok owocowy 200ml, Ciasteczka be-be 16g, <i>*alergeny : gluten</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 50g Masło 15g Serek wiejski 60g, Miód 25g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (Herbata, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny : alergeny : mleko, gluten, ryby, seler</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych      Wartość kaloryczna:2218,37 Bialko:89,77 Tluszcz:60,67 Kwasy tluszczowe:19,95 Węglowodany:279,77 Cukry Proste:45,70 Sód:1209,66 Błonnik:31,97</b>		
<p><b>Płatki jaglane na mleku 300ml( mleko,Płatki jaglane) Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Ser tostowy 60g (3szt), Serek Hochland twarogowy 30g, Papryka 30g, Pomidor 50g, Masło 15g Kawa z mlekiem 250ml (Kawa zbożowa, mleko, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny : mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie :</b> Mandarynka 2szt</p>	<p><b>Kalafiorowa z/ śm 400ml</b> (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) <b>Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g</b>(ryż, jabłko prażone, mleko), <b>Sos jogurtowo-truskawkowy 150g</b>(jogurt naturalny, truskawka, cukier)Kisiel płynny 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, soja, gorczyca, seler</i></p> <p><b>Pod:</b>Sok owocowy 200ml, Ciasteczka be-be 16g, <i>*alergeny : gluten</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Serek wiejski 60g, Miód 25g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (Herbata, cukier)</b></p> <p><i>* alergeny : mleko, gluten, ryby, seler</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>