

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 18.02.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartość kaloryczna:2363,50 Bialko:115,09 Tluszcze:66,17 Kwasy tłuszczowe:22,55 Węglowodany:324,27 Cukry Proste:34,79 Sód:1370,03 Błonnik:32,68		
<p><b>Platki jęczmienne na mleku 300ml(mleko, płatki jęczmienne) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Serek wiejski 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Papryka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko ćw. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g(kapusta pekińska, marchew, majonez, kukurydza) Sos jarzynowy 100ml (marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml( owoce mrożone, cukier ) Jogurt owocowy 100g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartość kaloryczna: 2287,04 Bialko:119,33 Tluszcze:74,81 Kwasy tłuszczowe:22,95 Węglowodany:294,34 Cukry Proste: 9,24 Sód:1379,10 Błonnik:32,37		
<p><b>Platki jęczmienne na mleku 300ml(mleko, płatki jęczmienne)Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g,Masło 15g, Serek wiejski 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Papryka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie :</b> Pieczywo razowe Wasa 2szt, Pomidor 50g</p> <p><i>*alergeny: gluten,</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko duszone 150g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g(kapusta pekińska, marchew, majonez, kukurydza) Sos jarzynowy 100ml (marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych b/ c 250ml ( owoce mrożone)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Sok Pomidorowy 330ml</p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Chleb graham 30g, Masło 10g, Polędwica sopocka 30g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 18.02.2024 Obiad Podwieczerek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta lekko strawna</b> Wartość kaloryczna:2245,03 Białko:118,91Tłuszcze:47,00 Kwasy tłuszczowe:19,96 Węglowodany:334,94 Cukry Proste:41,67 Sód:1567,54 Błonnik:31,34		
<p><b>Płatki jęczmienne na mleku 300ml(mleko, płatki jęczmienne)Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Serek wiejski 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Salátka z selera i jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko duszone 150g Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier) Jogurt owocowy 100g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</b> <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>
<b>Dieta lekko strawna mielona</b> Wartość kaloryczna: 2173,15 Białko:109,72 Tłuszcze:46,03 Kwasy tłuszczowe:19,79 Węglowodany:330,79 Cukry Proste:41,16 Sód:1285,96 Błonnik:31,06		
<p><b>Płatki jęczmienne na mleku 300ml(mleko, płatki jęczmienne) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Serek wiejski 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Salátka z selera i jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt</b> <i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) potrawka z kurczaka 150g(udko z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka, olej rzepakowy) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier)</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Galaretka owocowa 150g</p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta lekko strawna niskotłuszczowa</b> Wartość kaloryczna: 2129,88 Białko:118,21 Tłuszcze:41,34 Kwasy tłuszczowe:18,50 Węglowodany:330,29 Cukry Proste:44,13 Sód:1251,99 Błonnik:32,39		
<p><b>Płatki jęczmienne na mleku 300ml(mleko, płatki jęczmienne) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Serek wiejski 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Salátka z selera i jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja) Udko duszone 150g Jarzynka gotowana 150g(marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier) Jogurt owocowy 100g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80g Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 18.02.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Wartość kaloryczna: 1942,03 Białko:100,66 Tłuszcze:44,48 Kwasy tłuszczowe:19,29 Węglowodany:275,97 Cukry Proste:42,68 Sód:1147,65 Błonnik:25,31		
<p><b>Platki jęczmienne na mleku 150ml(mleko, płatki jęczmienne) Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Jabłko 100g, Serek wiejski 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b> <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt</b> <i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 200ml</b> (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) <b>potrawka z kurczaka 150g</b>(udko z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka, olej rzepakowy) <b>jarzyna got. 150g</b> (marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 80g, Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Galaretka owocowa 150g</p>	<p><b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml</b> (cukier, Herbata czarna,) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Wartość kaloryczna: 2361,35 Białko:115,16 Tłuszcze:66,21 Kwasy tłuszczowe:22,56 Węglowodany:328,89 Cukry Proste:38,26 Sód:1370,38 Błonnik:33,03		
<p><b>Platki jęczmienne na mleku 300ml(mleko, płatki jęczmienne)Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Serek wiejski 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Papryka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt</b> <i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p><b>Lane ciasto na wywarze 400ml</b> (marchew, mąka, pietruszka, seler korpus, jaja.) Udko św. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) <b>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g</b>(kapusta pekińska, marchew, majonez, kukurydza) <b>Sos jarzynowy 100ml</b> (marchew, seler, pietruszka, mąka, olej) Ryż brązowy 150g,, Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone, cukier )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Galaretka owocowa 150g</p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Serek tartare 20g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml</b> (cukier, Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>