

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 1.03.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Energia : 2366.94 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; Cukry proste: 40.16 g; Sód: 1628.56 mg; Błonnik pokarmowy: 31.84 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Kielbasa krakowska 30g, Mix sałat 30g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza smażony 90g (dorsz, bułka tarta, olej, jajka,) Ziemniaki 150g, Kisiel płynny z/c 250ml (Kisiel, cukier) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g(kapusta pekińska, marchew, majonez, kukurydza) Gruszka 1szt</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Pasztet drobiowy 50g, Serek Hochland twarogowy 30g, Ćwikła z chrzanem 50g, Ogórek świeży 50g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta cukrzycowa</b> Energia : 2351.34 kcal; Białko ogółem: 117.21 g; Tłuszcz: 83.68 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 307.48 g; Cukry proste: 16.99 g; Sód: 1583.22 mg; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Kielbasa krakowska 30g, Mix sałat 30g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Kefir 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza z pieca 90g (dorsz, bułka tarta, mąka, jajka,) Ziemniaki 150g, Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g(kapusta pekińska, marchew, majonez, kukurydza) Kisiel płynny b/c 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Zapiekanek brokułowa z masłem 150g (makaron pszenny, ser żółty, brokuł, masło)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasztet drobiowy 50g, Serek Hochland twarogowy 30g Ćwikła z chrzanem 50g, Ogórek świeży 50g, Herbata 250ml ( Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Chleb graham 30g, Masło 10g, Pasta drobiowa 30g</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 1.03.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta lekkostrawna</b> Energia : 2276.60 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g; Cukry proste: 44.78 g; Sód: 1347.05 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Kielbasa krakowska 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza z pieca 90g (dorsz, bulka tarta, mąka, jajka,) Ziemniaki 150g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, olej, mąka) Kisiel płynny z/c 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta drobiowo-warzywna 60g (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, natka pietruszki), Serek Hochland twarogowy 30g Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta lekkostrawna mielona</b> Energia : 2140.05 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 340.96 g; Cukry proste: 55.18 g; Sód: 963.28 mg; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Kielbasa krakowska 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie: Kefir 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietr.), Pulpet rybny 90g ( dorsz., bulka tarta, marchew, seler, pietruszka, Jajko) Ziemniaki 150g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, olej, mąka) Kisiel płynny z/c 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, jaja, mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Pasta drobiowo-warzywna 60g (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, natka pietruszki), Serek Hochland twarogowy 30g Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa</b> Energia : 2214.26 kcal; Białko ogółem: 116.63 g; Tłuszcz: 43.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; Cukry proste: 49.97 g; Sód: 1069.60 mg; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;		
<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 10g, Mus z jabłka 80g, Kielbasa krakowska 30g, Mix sałat 30g, Pomidorki koktajlowe 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietr.), Filet z dorsza z pieca 90g (dorsz, bulka tarta, mąka, jajka,) Ziemniaki 150g, Sos grecki 150g (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, olej, mąka) Kisiel płynny z/c 250ml (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 10g, Pasta drobiowo-warzywna 60g (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, natka pietruszki), Serek Hochland twarogowy 30g Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 1.03.2024r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Energia : 1907.01 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 57.44 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 323.31 g; Cukry proste: 46.77 g; Sód: 1041.66 mg; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;		
<p><b>Płatki owsiane na mleku 150ml (mleko, płatki owsiane), Chleb baltonowski 50g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Kielbasa krakowska 30g, Mix sałat 30g, Masło 15g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</b></p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Sok owocowy 200ml</p>	<p><b>Krupnik jęczmienny z/śm. 200 ml,</b> (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietr. <b>Pulpet rybny 90g</b> ( dorsz., bulka tarta, marchew, seler, pietruszka, Jajko) <b>Ziemniaki 80g, Sos grecki 150g</b> (marchew, seler, koncentrat pomidorowy, olej, <b>mąka</b>) <b>Kisiel płynny z/c 250ml</b> (Kisiel, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p><b>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt</b> <i>*alergeny: gluten, jaja, mleko</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Pasta drobiowo-warzywna 60g</b> (ćwiartka z kurczaka, marchew, seler, natka pietruszki), <b>Serek Hochland twarogowy 30g</b> Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Energia : 23463.94 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Cukry proste: 47.76 g; Sód: 1728.56 mg; Błonnik pokarmowy: 33.64 g;		
<p><b>Płatki owsiane na mleku 300ml (mleko, płatki owsiane), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Mix sałat 30g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</b></p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>II śniadanie:</b> Sok owocowy 200ml</p>	<p><b>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml,</b> (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, śmietana, seler, pietruszka, natka pietr.), <b>Filet z dorsza smażony 90g</b> (dorsz, bulka tarta, olej, jajka.) <b>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g</b>(kapusta pekińska, marchew, majonez, kukurydza) <b>Ziemniaki 150g, Kisiel płynny z/c 250ml</b> (Kisiel, cukier),</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, jaja, ryba, seler,</i></p> <p><b>Pod: Drożdżówka z dżemem 1szt</b> <i>*alergeny: gluten, jaja, mleko</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Serek Hochland twarogowy 30g, Ćwikła z chrzanem 50g, Ogórek świeży 50g, Herbata 250ml</b> (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>