

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 16.03.2025r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2270.12 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 51.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 322.84 g; Cukry proste: 43.37 g; Sód: 1751.22 mg; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;		
<p>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser żółty 60g, Polędwica z kurcząt 30g, Sałatka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej)Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, orzechy</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem z/śm 400ml (makaron pszenny,koncentrat Pomidorowy, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Karkówka duszona w sosie własnym 90g (karkówka b/k, mąka pszenna, cebula, olej) Ziemniaki 150g, Mizeria z jogurtem 150g (ogórek świeży, jogurt naturalny, koper)Kompot z jabłka z miętą z/c 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier), Mandarynka 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Serek topiony 25g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Energia : 2276.66 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 320.83 g; Cukry proste: 27.53 g; Sód: 1667.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko, kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g , Ser żółty 60g, Polędwica z kurcząt 30g, Sałatka grecka 100g(pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej) Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem z/śm 400ml (makaron pszenny,koncentrat Pomidorowy, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Filet drob. got. 90g (piersi z kurczaka, mąka) Ziemniaki 150g Mizeria z jogurtem 150g (ogórek świeży, jogurt naturalny, koper)Kompot z jabłka z miętą 250ml (jabłko, herbata miętowa,.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Sałatka z cykorii i kopru 100g</p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g Serek topiony 25g, Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Pasztet drobiowy 25</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 16.03.2025r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekkostrawna Energia : 2238.34 kcal; Bialko ogółem: 114.87 g; Tluszcz: 50.13 g; Kw. tluszcz. nasycone: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 320.44 g; Cukry proste: 50.52 g; Sód: 1761.30 mg; Błonnik pokarmowy: 32.71 g;		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Ser deliser 60g, Połudwica z kurcząt 30g, Salátka z selera i jablka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, orzechy seler</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem b/śm 400ml (makaron pszenny,koncentrat Pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, mąka)Filet drob. got. 90g (piersi z kurczaka, mąka) Ziemiaki 150g Jarzynka gotowana150g(marchew, seler ,mąka.) Kompot z jablka z miętą z/c 250ml (jablko, herbata miętowa, cukier),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g Kielbasa krakowska 60g Serek tartare 20g, Pomidor bez skóry 80gHerbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekkostrawna mielona Energia : 2158.95 kcal; Bialko ogółem: 104.71 g; Tluszcz: 49.01 g; Kw. tluszcz. nasycone: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 320.86 g; Cukry proste: 50.54 g; Sód: 1655.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;		
<p>Manna na mleku 300ml (mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100 g, Masło 15g, Twarożek Haga 20g, Połudwica z kurcząt 60g Salátka z selera i jablka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, orzechy seler</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny :mleko</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem b/śm 400ml (makaron pszenny.koncentrat Pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, mąka) potrawka z kurczaka 150g(piersi z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka) Ziemiaki 150g, Jarzynka gotowana150g(marchew, seler ,mąka,) Kompot z jablka z miętą z/c 250ml (jablko, herbata miętowa, cukier),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Koktajl z owoców mieszanych 200g (maślanka, jogurt naturalny, owoce mrożone, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g Serek tartare 20g Pomidor bez skóry 80gHerbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekkostrawna niskotluszczowa Energia : 2225.48 kcal; Bialko ogółem: 118.28 g; Tluszcz: 38.33 g; Kw. tluszcz. nasycone: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 325.23 g; Cukry proste: 58.86 g; Sód: 1673.17 mg; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Ser deliser 60g, Połudwica z kurcząt 30g Salátka z selera i jablka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem b/śm 400ml (makaron pszenny,koncentrat Pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, mąka) Filet drob. got. 90g (piersi z kurczaka, mąka) Ziemiaki 150g Jarzynka gotowana150g(marchew, seler ,mąka,) Kompot z jablka z miętą z/c 250ml (jablko, herbata miętowa, cukier),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g , Kielbasa krakowska 60g Serek tartare 20g Pomidor bez skóry 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 16.03.2025r. Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Energia : 1870.11 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 45.84 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 323.04 g; Cukry proste: 54.52 g; Sód: 1322.83 mg; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;		
<p>Manna na mleku 150ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 50 g, Masło 15g, Ser deliser 60g, Połudwica z kurcząt 30g Salatką z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, orzech, seler</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny :mleko</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem z/śm 200ml (makaron pszenny, koncentrat Pomidorowy, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) potrawka z kurczaka 150g (piersi z kurczaka, marchew, seler, pietruszka, mąka) Jarzynka gotowana 150g (marchew, seler, mąka,) Ziemniaki 80g Kompot z jabłka z miętą z/c 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler</i></p> <p>Pod: Mandarynka 150g</p> <p><i>* alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g Serek tartare 20g Ogórek świeży 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Energia : 2358.00 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; Cukry proste: 58.18 g; Sód: 1856.33 mg; Błonnik pokarmowy: 33.03 g;		
<p>Manna na mleku 300ml(mleko, kasza manna), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Ser żółty 60g, Połudwica z kurcząt 30g, Salatką grecką 100g (pomidor, ogórek świeży, rukola, ser feta, oliwki, olej) Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, orzechy</i></p> <p>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny :mleko</i></p>	<p>Pomidorowa z makaronem z/śm 400ml (makaron pszenny, koncentrat Pomidorowy, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Karkówka duszona w sosie własnym 90g (karkówka b/k, mąka pszenna, cebula, olej) Ziemniaki 150g, Mizeria z jogurtem 150g (ogórek świeży, jogurt naturalny, koper) Kompot z jabłka z miętą z/c 250ml (jabłko, herbata miętowa, cukier),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja, seler</i></p> <p>Pod: Mandarynka 150g</p> <p><i>* alergeny: mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Serek topiony 25g, Ogórek świeży 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>