

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 21.03.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Wartość kaloryczna: 2215,00 Białko:79,39 Tłuszcze:66,87 Kwasy tłuszczowe:25,58 Węglowodany:280,49 Cukry Proste:40,29 Sód:1763,64 Błonnik:30,37		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g Masło 15g , pasta twarogowo-pomidorowa 60g(twaróg, jogurt naturalny, koncentrat pomidorowy) Kielbasa krakowska 30g, Rzodkiewka 30g, Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,gorczyca,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, śmietana natka pietr.), Kotlet z ryby smażony 90g (mintaj, bulka tarta, olej, jajka.), Surówka z kapusty kiszzonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Ziemniaki gotowane 150g Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) Sok pomidorowy 150ml</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g , Masło 15g , Paszтет drobiowy 50g, Ser deliser 20g, Ćwikła z chrzanem 50g,Sałata lodowa30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Wartość kaloryczna: 2031,94 Białko:96,63 Tłuszcze:46,37 Kwasy tłuszczowe:15,41 Węglowodany:276,83 Cukry Proste:29,17 Sód:1212,68 Błonnik:35,56		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb graham 75g, Masło 15g, pasta twarogowo-pomidorowa 60g(twaróg, jogurt naturalny, koncentrat pomidorowy) Kielbasa krakowska 30g, Rzodkiewka 30g, Pomidor 50g,Kawa z mlekiem 250ml(mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie: Kefir 200ml <i>*alergeny : mleko</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, śmietana natka pietr.), Pulpet z ryby 90g (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), Ziemniaki gotowane 150g , Surówka z kapusty kiszzonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Kompot truskawkowy bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p> <p>Pod: Surówka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (biała rzodkiew, jogurt naturalny , koperek)</p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g , Paszтет drobiowy 50g Ser deliser 20g Ćwikła z chrzanem 50g,Sałata lodowa30g, Herbata b/c 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Chleb graham 30g, Serek tartare 20g <i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 21.03.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta lekko strawna Wartość kaloryczna:2087,65 Białko:85,88 Tłuszcze:50,49 Kwasy tłuszczowe:15,96 Węglowodany:329,63 Cukry Proste:48,70 Sód:1535,52 Błonnik:30,61		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski 100g,,Masło 15g pasta twarogowo-pomidorowa 60g(twaróg, jogurt naturalny, koncentrat pomidorowy) Kielbasa krakowska 30g, Mus z jabłka 80g,Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Pulpet z ryby 90g (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g Ser deliser 20g Sałatka z buraczków 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekko strawna mielona Wartość kaloryczna: 2062,60 Białko:76,50 Tłuszcze:51,46 Kwasy tłuszczowe:16,00 Węglowodany:317,83 Cukry Proste:47,98 Sód:1189,70 Błonnik:31,05		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb balt.100g ,Masło 15g , pasta twarogowo-pomidorowa 60g(twaróg, jogurt naturalny, koncentrat pomidorowy) Kielbasa krakowska 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Pulpet z ryby 90g (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Kefir 200ml <i>*alergeny : mleko</i></p>	<p>Chleb baltonowski100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 60g, Miód 25g,Sałatka z buraczków 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta lekko strawna niskotłuszczowa Wartość kaloryczna: 2018,46 Białko:91,18 Tłuszcze:32,77 Kwasy tłuszczowe:14,87 Węglowodany:380,68 Cukry Proste: 55,30 Sód:1304,98 Błonnik:31,11		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski 100g,,Masło 10g , pasta twarogowo-pomidorowa 60g(twaróg, jogurt naturalny, koncentrat pomidorowy) Kielbasa krakowska 30g, Mus z jabłka 80g , Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny b/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, pietruszka, natka pietr.), Pulpet z ryby 90g (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), Ziemniaki gotowane 150g , Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier) Arbuz 150g</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Ser deliser 20g, Polędwica z kurcząt 60g, Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p><i>Posilek nocny:</i> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień piątek 21.03.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Wartość kaloryczna: 1839,09 Białko:70,40 Tłuszcze:44,60 Kwasy tłuszczowe:15,78 Węglowodany:333,13 Cukry Proste:58,28 Sód:969,04 Błonnik:22,33		
<p>Ryż na mleku 150ml(mleko, Ryż biały), Chleb balt.50g ,Masło 15g , pasta twarogowo-pomidorowa 30g(twaróg, jogurt naturalny, koncentrat pomidorowy) Kielbasa krakowska 30g, ,Pomidor 50g , Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 200 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, śmietana natka pietr.), Pulpet z ryby 90g (mintaj, bulka tarta, marchew, olej, jajka.), Ziemniaki gotowane 80g, Cukinia duszona z koncentratem 150g(cukinia, marchew, koncentrat, natka pietr.) Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Sok owocowy 200ml</p>	<p>Chleb baltonowski50g, Masło 15g, Ser deliser 20g, Polędwica z kurcząt 60g, Sałatka z buraczków 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Wartość kaloryczna: 2388,32 Białko:102,21 Tłuszcze:51,85 Kwasy tłuszczowe:18,44 Węglowodany:333,32 Cukry Proste: 58,66 Sód:1130,85 Błonnik:31,47		
<p>Ryż na mleku 300ml(mleko, Ryż biały), Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g Masło 15g , pasta twarogowo-pomidorowa 60g(twaróg, jogurt naturalny, koncentrat pomidorowy) Kielbasa krakowska 30g, Rzodkiewka 30g, Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko,</i></p> <p>II Śniadanie: Bulka maślana 1szt <i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Krupnik jęczmienny z/śm. 400 ml, (ziemniaki, kasza jęczmienna, marchew, seler, śmietana natka pietr.), Kotlet z ryby smażony 90g (mintaj, bulka tarta, olej, jajka.), Surówka z kapusty kiszonej 150g (kapusta kiszona, marchew, olej) Ziemniaki gotowane 150g , Kompot truskawkowy 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny:gluten, mleko,seler, gorczyca, ryby, jaja</i></p> <p>Podwieczorek: Pomarańcz 150g</p>	<p>Chleb baltonowski70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Ser deliser 20g Ćwikła z chrzanem 50g,Sałata lodowa30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, gorczyca, mleko</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>