

| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Jadłospis na dzień niedziela 6.07.2025<br>Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posilek nocny   |
|--|---|--|
| <b>Dieta podstawowa</b> Wartość kaloryczna:2463,50 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>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron) Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser żółty 20g, Kielbasa na ciepło 60g, Musztarda 30g, Sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>  | <p><b>Rosół z makaronem 400ml</b> (udko z kurczaka, <b>makaron nitki</b>, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, natka pietruszki) <b>Udko</b> ćw. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią 150g, <b>Sos jarzynowy 100g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>) Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml( owoce mrożone, cukier ) Jabłko 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> | <p><b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g, Ogórek kiszony 50g, Sałata lodowa 30g, 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: 2387,04 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>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron) Chleb graham 75g, Masło 15g, Ser żółty 20g, Kielbasa na ciepło 60g, Musztarda 30g, Sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p><b>II Śniadanie : Kefir 200g</b></p> <p><i>*alergeny: mleko</i></p> | <p><b>Rosół z makaronem 400ml</b> (udko z kurczaka, <b>makaron nitki</b>, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, natka pietruszki) <b>Udko</b> ćw. <b>dusz. 150g</b>, Ryż brązowy 150g Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią 150g, <b>Sos jarzynowy 100g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>) Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ( owoce mrożone)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Sok pomidorowy 330ml</p>   | <p><b>Chleb graham 75g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g, Pomidor 80g Herbata 250ml (Herbata czarna, )</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Chleb graham 30g, Pasztet drobiowy 25g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> |

| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Jadłospis na dzień niedziela 6.07.2025<br>Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posilek nocny   |
|--|---|--|
| <b>Dieta łatwostrawna</b> Wartość kaloryczna:2345,03 Białko:118,91Tłuszcze:47,00 Kwasy tłuszczowe:19,96 Węglowodany:334,94 Cukry Proste:41,67 Sód:1567,54 Błonnik:31,34  |   |  |
| <p><b>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron) Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Polędwica z kurcząt60g, Ser deliser 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>   | <p><b>Rosół z makaronem 400ml</b> (udko z kurczaka, <b>makaron nitki</b>, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, natka pietruszki) Udko ćw. dusz. 150g Ryż brązowy 150g, <b>Jarzyńska gotowana 150g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>) <b>Sos jarzynowy 100g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>) Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>   | <p><b>Chleb baltonowski 100g,, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g (cukinia, marchew, koncentrat Pomidorowy), 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 łatwostrawna mielona</b> Wartość kaloryczna: 2273,15 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>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt60g, Ser deliser 20g Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p><b>II Śniadanie: Kefir 200g</b></p> <p><i>*alergeny :mleko,</i></p> | <p><b>Rosół z makaronem 400ml</b> (udko z kurczaka, <b>makaron nitki</b>, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, natka pietruszki) <b>Potrąwka z kurczaka 150g</b>(udko ćwiartka, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, <b>mąka</b>) Ryż brązowy 150g, <b>Jarzyńska gotowana 150g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod: Budyń waniliowy 200g (MLE)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko,</i></p> | <p><b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g Sałatka z cukinii z koncentratem 80g (cukinia, marchew, koncentrat Pomidorowy), 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 łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Wartość kaloryczna: 2229,88 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>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt60g, Ser deliser 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja</i></p>  | <p><b>Rosół z makaronem 400ml</b> (udko z kurczaka, <b>makaron nitki</b>, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, natka pietruszki) Udko ćw. dusz. 150g Ryż brązowy 150g, <b>Jarzyńska gotowana 150g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>) <b>Sos jarzynowy 100g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>) Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p>   | <p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 10g, Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g Sałatka z cukinii z koncentratem 80g (cukinia, marchew, koncentrat Pomidorowy), 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<br>II Śniadanie  | Jadłospis na dzień niedziela 6.07.2025<br>Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>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>Makaron na mleku 150ml(mleko, Makaron) Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Połędwica z kurcząt60g, Ser deliser 20g, Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna,)</b><br/><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja,</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150g</p>  | <p><b>Rosół z makaronem 400ml</b> (udko z kurczaka, <b>makaron nitki</b>, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, natka pietruszki)<br/><b>Potrąwka z kurczaka 80g</b>(udko ćwiartka, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, <b>mąka</b>) Ryż brązowy 80g, <b>Jarzynka gotowana 150g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ( owoce mrożone,cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, seler,jaja</i></p> <p><b>Pod: Budyń waniliowy 200g (MLE)</b><br/><i>*alergeny :mleko,</i></p>      | <p><b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g</b> Pomidor 80g Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna,)<br/><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>Makaron na mleku 300ml(mleko, Makaron)Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Ser żółty 20g, Kielbasa biała na ciepło 60g, Musztarda 30g, Sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca , jaja</i></p> <p><b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150g</p> | <p><b>Rosół z makaronem 400ml</b> (udko z kurczaka, <b>makaron nitki</b>, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, natka pietruszki) Udko ćw. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) Surówka z kapusty pekińskiej z marchwią 150g, <b>Sos jarzynowy 100g</b>(Marchew, <b>mąka</b>, pietruszka, <b>seler</b>) 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: Budyń waniliowy 200g (MLE)</b><br/><i>*alergeny :mleko,</i></p> | <p><b>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g,</b> Pomidor 80g Herbata 250ml ( cukier, Herbata czarna, )</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p> |