

| Śniadanie II Śniadanie | Jadłospis na dzień czwartek 19.06.2025r. Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nocny |
|--|--|---|
| Dieta podstawowa Wartości odżywcze: Energia : 2367.09 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; Cukry proste: 35.30 g; Sód: 1044.14 mg; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; | | |
| <p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, płatki owsiane), Bułka grahamka70g, Chleb baltonowski 30g , Masło 15g, Polędwica z kurcząt 60g, Twarożek Haga 20g, Surówka z kapusty pekińskiej dresingiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i></p> | <p>Ogórkowa 400ml(ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Leczo 250g, (Papryka, cukinia, kiełbasa zwyczajna, cebula, marchew, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, olej) Kasza jęczmienna 150g, Sałatka z buraczków 150g, Galaretka płynna 250ml(Galaretka malinowa, cukier)Jabłko 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler,</i></p> | <p>Chleb bal.70g, razowy 30g, Masło 15g, Ser żółty 60gDżem 25g, Pomidor 80g, Herbata 250 ml (cukier Herbata),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p> |
| Dieta cukrzycowa Wartości odżywcze: Energia : 2181.80 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 247.44 g; Cukry proste: 15.72 g; Sód: 1579.55 mg; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; | | |
| <p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, płatki owsiane)Chleb graham 75g, Polędwica z kurcząt 60g, Twarożek Haga 20g, Surówka z kapusty pekińskiej dresingiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i></p> <p>II śniadanie: Kefir 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p> | <p>Zacierka na wywarze 400ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, mąka pszenna) Potrawka wieprzowa 150g(łopatka b/k, marchew, seler, pietruszka, mąka) Kasza jęczmienna 150g Sałatka z buraczków 150g, Kompot truskawkowy bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Surówka z rzodkiewek i szczypiorku 100g</p> | <p>Chleb graham 75g,, Masło 15g, Ser żółty 60g Szynkóweczka 30g, Pomidor 80g, Herbata 250 ml (Herbata),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb razowy 30g, Serek topiony 25g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> |

| Śniadanie II Śniadanie | Jadłospis na dzień czwartek 19.06.2025r. Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nocny |
|---|---|--|
| Dieta łatwostrawna Wartości odżywcze: Energia : 2210.05 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 49.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 319.91 g; Cukry proste: 38.60 g; Sód: 1825.29 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; | | |
| Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, płatki owsiane)Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 60g, Twarożek Haga 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i> | Zacierka na wywarze 400ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, mąka pszenna) Potrawka wieprzowa 150g(łopatka b/k, marchew, seler, pietruszka, mąka Kasza jęczmienna 150g Sałatka z buraczków 150g, Galaretka płynna 250ml(Galaretka malinowa, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i> | Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Ser deliser 60gDżem 25g, Sałatka z marchwi 80g Herbata 250 ml (cukier Herbata), <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt |
| Dieta łatwostrawna mielona Wartości odżywcze: Energia : 2172.07 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; Cukry proste: 39.80 g; Sód: 1354.93 mg; Błonnik pokarmowy: 32.96 g; | | |
| Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, płatki owsiane)Chleb bal.100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 60g, Twarożek Haga 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i> II śniadanie : Jogurt owocowy 100g <i>*alergeny: mleko,</i> | Zacierka na wywarze 400ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, mąka pszenna), Potrawka wieprzowa 150g(łopatka b/k, marchew, seler, pietruszka, mąka Kasza jęczmienna 150g Sałatka z buraczków 150g, Galaretka płynna 250ml(Galaretka malinowa, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i> Pod: Kisiel z cukrem 200g (mąka ziemniaczana, czarna porzeczka,) | Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Ser deliser 60gDżem 25g, Sałatka z marchwi 80g Herbata 250 ml (cukier Herbata), <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt |
| Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Wartości odżywcze: Energia : 2161.14 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 41.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.19 g; Węglowodany ogółem: 348.61 g; Cukry proste: 53.42 g; Sód: 1221.98 mg; Błonnik pokarmowy: 31.12 g; | | |
| Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, płatki owsiane)Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Polędwica z kurcząt 60g, Twarożek Haga 20g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i> | Zacierka na wywarze 400ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, mąka pszenna) Potrawka wieprzowa 150g(łopatka b/k, marchew, seler, pietruszka, mąka Kasza jęczmienna 150g Sałatka z buraczków 150g, Galaretka płynna 250ml(Galaretka malinowa, cukier) <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i> | Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Ser deliser 60gDżem 25g, Sałatka z marchwi 80g Herbata 250 ml (cukier Herbata), <i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i> Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt |

| Śniadanie II Śniadanie | Jadłospis na dzień czwartek 19.06.2025r. Obiad Podwieczorek | Kolacja Posilek nocny |
|--|--|--|
| Dieta dzieci 2 roku życia Wartości odżywcze: Energia : 1966.97 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 44.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 282.21 g; Cukry proste: 48.12 g; Sód: 1272.61 mg; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; | | |
| <p>Płatki owsiane na mleku 150ml(mleko, płatki owsiane) Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 60g, Twarożek Haga 20g, Jabłko 150g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i></p> <p>II śniadanie : Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p> | <p>Zacierka na wywarze 200ml (makaron zacierka, seler, marchew, pietruszka, natka pietruszki, mąka pszenna) Potrawka wieprzowa 150g(łopatka b/k, marchew, seler, pietruszka, mąka Ziemniaki 80g Sałatka z buraczków 150g, Galaretka płynna 250ml(Galaretka malinowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Sok owocowy 200ml</p> | <p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g Ser deliser 60gSzynkóweczka 30g, Pomidor 80g, Herbata 250 ml (cukier Herbata),</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p> |
| Dieta dzieci dużych Wartości odżywcze: Energia : 2389.19 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 57.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 344.50 g; Cukry proste: 49.41 g; Sód: 1092.54 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g; | | |
| <p>Płatki owsiane na mleku 300ml(mleko, płatki owsiane), Bulka grahamka70g, Chleb baltonowski 30g Masło 15g, Polędwica z kurcząt 60g, Twarożek Haga 20g, Surówka z kapusty pekińskiej dresingiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,jaja</i></p> <p>II śniadanie : Jogurt owocowy 100g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p> | <p>Ogórkowa 400ml(ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana, marchew, seler, pietruszka, mąka) Gulasz wp-warzywny 250g, (łopatka, kapusta biała, marchew, cebula, seler, fasolka, groszek kukurydza, por, mąka, koncentrat,) Kasza jęczmienna 150g,, Sałatka z buraczków 150g, Galaretka płynna 250ml(Galaretka malinowa, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Jabłko 150g</p> | <p>Chleb bal.70g, razowy 30g,, Masło 15g Ser żółty 60g Dżem 25g, Pomidor 80g,, Herbata 250 ml (cukier Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p> |