

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 24.06.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2370.75 kcal; Bialko ogółem: 105.56 g; Tluszcz: 73.49 g; Kw. tluszcz. nasycone: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 334.97 g; Cukry proste: 49.81 g; Sód: 1680.99 mg; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;		
<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml(mleko, płatki jęczmienne), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g. Masło 15g, Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g, Półdewica z warzywami 30g, Pomidor 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, ryby</i></p>	<p>Rosół z makaronem 400ml (makaron pszenny, Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Udko ćw. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) Sos jarzynowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana 150g(Marchew, mąka, olej),, Kisiel płynny z cukrem 250ml Jabłko 150g</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Ser tostowy 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p>
Dieta cukrzycowa Energia : 2333.00 kcal; Bialko ogółem: 116.35 g; Tluszcz: 68.35 g; Kw. tluszcz. nasycone: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 263.95 g; Cukry proste: 13.40 g; Sód: 1477.02 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;		
<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml(mleko, płatki jęczmienne), Chleb graham 75g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g, Półdewica z warzywami 30g, Pomidor 80g, Szczypior 3g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Kalafior z pieca 150g</p>	<p>Rosół z makaronem 400ml (makaron pszenny, Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Udko ćw. dusz. 150g, Ryż brązowy 150g, Surówka z marchwi z olejem 150g Sos jarzynowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml(truskawka, czarna porzeczka, aronia, śliwka)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Fasolka szparagowa 120g</p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Ser tostowy 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata 250ml (, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Masło 10g, Kurczak w galarecie 30g</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 24.06.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Energia : 2284.91 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 337.94 g; Cukry proste: 58.35 g; Sód: 1899.68 mg; Błonnik pokarmowy: 31.55 g;		
<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml(mleko, płatki jęczmienne), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Połudwica z warzywami 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Rosół z makaronem 400ml (makaron pszenny, Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Udko ćw. dusz. 150g Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana 150g(Marchew, mąka, olej), Sos jarzynowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Kisiel płynny z cukrem 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Serek Tartare 20g Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Energia : 2384.80 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 374.88 g; Cukry proste: 58.23 g; Sód: 1958.36 mg; Błonnik pokarmowy: 32.54 g;		
<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml(mleko, płatki jęczmienne), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Połudwica z warzywami 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 : Bulka maślana 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Rosół z makaronem 400ml (makaron pszenny, Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Potrawka z kurczaka 150g(udko ćwiartka, marchew, seler, pietruszka, mąka) Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana 150g(Marchew, mąka, olej), Kisiel płynny z cukrem 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Kefir 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Pieczeń wiedeńska 60g, Serek Tartare 20g Sałatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Energia : 2211.91 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 44.60 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 337.87 g; Cukry proste: 50.39 g; Sód: 1798.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.15 g;		
<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml(mleko, płatki jęczmienne), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Twaróg z jogurtem 60g, Połudwica z warzywami 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p>	<p>Rosół z makaronem 400ml (makaron pszenny, Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Udko ćw. dusz. 150g Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana 150g(Marchew, mąka, olej), Sos jarzynowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Kisiel płynny z cukrem 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Pieczeń wiedeńska 60g, Serek Tartare 20g Sałatka z selera i jabłka 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 Wtorek 24.06.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta dzieci 2 roku życia Energia : 1957.85 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.29 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; Cukry proste: 57.79 g; Sód: 1561.57 mg; Błonnik pokarmowy: 22.71 g;		
<p>Płatki jęczmienne na mleku 150 ml(mleko, płatki jęczmienne), Chleb baltonowski 50g Masło 15g, Twaróg z jogurtem 60g, Polędwica z warzywami 30g, Mus z jabłka 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Bulka maślana 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Rosół z makaronem 200ml (makaron pszenny, Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Potrąwka z kurczaka 150g(udko ćwiartka, marchew, seler, pietruszka, mąka) Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana 150g(Marchew, mąka, olej), Kisiel płynny z cukrem 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Banan 1szt</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Serek Tartare 20g, Salatka z selera i jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Energia : 2532.45 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 381.91 g; Cukry proste: 57.80 g; Sód: 1640.59 mg; Błonnik pokarmowy: 34.10 g;		
<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml(mleko, płatki jęczmienne), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g, Polędwica z warzywami 30g, Pomidor 80g, Szczypior 3g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Bulka maślana 1szt</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p>Rosół z makaronem 400ml (makaron pszenny, Marchew, mąka pszenna, seler, natka pietruszki, kurczak ćwiartka) Udko ćw. piecz. 150g (ćwiartka z kurczaka, olej rzepakowy) Sos jarzynowy 100g(Marchew, mąka, pietruszka, seler) Ryż brązowy 150g, Marchew oprószana 150g(Marchew, mąka, olej),Kisiel płynny z cukrem 250ml</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca ,seler, jaja</i></p> <p>Pod: Banan 1szt</p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g Masło 15g, Pieczeń wiedeńska 60g, Ser tostowy 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</p> <p><i>*alergeny: mleko, gluten, gorczyca, seler</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>