

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 25.06.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2352.31 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 327.30 g; Cukry proste: 26.16 g; Sód: 1177.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Zacierka), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Polędwica z kurcząt 30g, , Sałatka wiosenna 80g (ogórek świeży pomidor, sałata lodowa) Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p>	<p>Zupa marchewkowa 400ml (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Gołąbek bez zawijania 90g(łopatka, kapusta biała, ryż, mąka pszenna, bulka tarta, cebula, marchew) Ziemniaki 150g, Sos pomidorowy 100g(marchew,seler, pietruszka, mąka, koncentrat pomidorowy, olej) Buraczki oprószone 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier) Pomarańcza 150g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler,orzechy</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, Kanapkowa schabowa 30g, Sałatka z ogórka świeżego z białą rzodkwią z jogurtem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, ryby</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Energia : 2313.46 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Cukry proste: 6.04 g; Sód: 1621.49 mg; Błonnik pokarmowy: 34.14 g;		
<p>Zacierka na mleku300ml (mleko, Zacierka), Chleb graham 75g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Polędwica z kurcząt 30g wiosenna 80g (ogórek świeży pomidor, sałata lodowa) Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Sok pomidorowy 330ml</p>	<p>Zupa marchewkowa 400ml (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Gołąbek bez zawijania 90g(łopatka, kapusta biała, ryż, mąka pszenna, bulka tarta, cebula, marchew) Ziemniaki 150g Sos pomidorowy 100g(marchew,seler, pietruszka, mąka, koncentrat pomidorowy, olej) Surówka z buraczków 150g Kompot z truskawek bez cukru 250ml</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p> <p>Pod: Kefir 200g</p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem 60g, Kanapkowa schabowa 30g, Sałatka z ogórka świeżego z białą rzodkwią z jogurtem 80g, Herbata 250ml (Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Twaróg 50g</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 25.06.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta łatwostrawna Energia : 2284.44 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 360.80 g; Cukry proste: 32.68 g; Sód: 1972.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Zacierka), Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Polędwica z kurcząt 30g Sałatka z marchwi z olejem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zupa marchewkowa 400ml (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g (łopatka wp.marchew, ryż biały, jajko, mąka pszenna) Ziemniaki 150g Sos pomidorowy 100g(marchew,seler, pietruszka, mąka, olej) Buraczki oprószone 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 15g, Kanapkowa schabowa 60g, Ser deliser 20g Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna mielona Energia : 2247.21 kcal; Białko ogółem: 107.20 g; Tłuszcz: 56.51 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 356.96 g; Cukry proste: 31.03 g; Sód: 1839.35 mg; Błonnik pokarmowy: 31.35 g;		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Zacierka), Chleb bal.100g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 60g, Miód 25g, Sałatka z marchwi z olejem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p>II Śniadanie : Galaretkowa owocowa 150g</p>	<p>Zupa marchewkowa 400ml (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g (łopatka wp.marchew, ryż biały, jajko, mąka pszenna) Ziemniaki 150g, Sos pomidorowy 100g(marchew,seler, pietruszka, mąka, olej) Buraczki oprószone 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja,seler</i></p> <p>Pod: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Chleb bal. 100g, Masło 15g, Kanapkowa schabowa 60g, Ser deliser 20g Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa Energia : 2311.44 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 46.43 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 359.73 g; Cukry proste: 31.68 g; Sód: 1903.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;		
<p>Zacierka na mleku 300ml (mleko, Zacierka), Chleb baltonowski 100g Masło 10g, Polędwica z kurcząt 60g, Miód 25g, Sałatka z marchwi z olejem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa.)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p>Zupa marchewkowa 400ml (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Klopsik wieprzowo-ryżowy 90g (łopatka wp.marchew, ryż biały, jajko, mąka pszenna) Ziemniaki 150g Sos pomidorowy 100g(marchew,seler, pietruszka, mąka, olej) Buraczki oprószone 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier)</p>	<p>Chleb baltonowski 100g Masło 10g Kanapkowa schabowa 60g, Ser deliser 20g Jabłko gotowane 150g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień środa 25.06.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja, seler</i>		
Dieta dzieci 2 roku życia Energia : 1865.87 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 45.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.64 g; Węglowodany ogółem: 310.53 g; Cukry proste: 30.30 g; Sód: 1401.96 mg; Błonnik pokarmowy: 20.44 g;		
<p>Zacierka na mleku 150ml (mleko, Zacierka), Chleb bal.50g, Masło 15g, Polędwica z kurcząt 60g, Serek tartare 20g, Sałatka wiosenna 80g (ogórek świeży pomidor, sałata lodowa) Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Galaretka owocowa 150g</p>	<p>Zupa marchewkowa 200ml (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Klopsik wieprzoworyżowy 90g (łopatka wp.marchew, ryż biały, jajko, mąka pszenna) Ziemniaki 80g, Sos pomidorowy 50g(marchew,seler, pietruszka, mąka, olej) Buraczki oprószone 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja, seler</i></p> <p>Pod: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Chleb baltonowski 50g, Masło 15, Kanapkowa schabowa 60g, Ser deliser 20g Jablko 150g, Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta dzieci dużych Energia : 2380.16 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; Cukry proste: 29.63 g; Sód: 1083.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;		
<p>Zacierka na mleku 300ml(mleko, Zacierka), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Jajko gotowane 50g, Polędwica z kurcząt 30g Sałatka wiosenna 80g (ogórek świeży pomidor, sałata lodowa) Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa,)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie : Galaretka owocowa 150g</p>	<p>Zupa marchewkowa 400ml (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, natka pietruszki, mąka) Gołąbek bez zawijania 90g(łopatka, kapusta biała, ryż, mąka pszenna, bulka tarta, cebula, marchew) Ziemniaki 150g, Sos pomidorowy 100g(marchew,seler, pietruszka, mąka, koncentrat pomidorowy, olej)Buraczki oprószone 150g (burak, mąka pszenna, olej) Kompot z truskawek 250ml (truskawki, cukier)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca, jaja, seler</i></p> <p>Pod: Sok marchwiowy 300ml</p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Kanapkowa schabowa 60g, Ser deliser 20g Sałatka z ogórka świeżego z białą rzodkwią z jogurtem 80g Herbata 250ml (cukier, Herbata)</p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>