

Kuchnia DPS  
ul. Gdańska 23  
83-140 Gniew

Jadłospis zatwierdzony przez:

# Rebus

PROSTE ROZWIĄZANIA

Dąbrowa Chotomowska, ul. Lipowa 36D, 05-123 Chotomów

Kamil Karluto  
DIETETYK  
*Karluto*

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 13.07.2025  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2372.90 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Cukry proste: 42.07 g; Sód: 1184.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.74 g;		
<b>Płatki orkiszowe na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko) Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g Ser żółty 60g, Dżem 25g, Pomidor 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>	<b>Pomidorowa z makaronem ze śmietaną 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, śmietana, natka pietruszki) Kotlet pożarski smażony 90g(schab b/k, bułka tarta, jajko, mąka pszenna) Marchew z groszkiem gotowana 150g, Ziemniaki 150g, Kisiel płynny 250ml (kisiel, cukier) Jabłko 150g</b>  <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko,jaja</i>	<b>Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g, Paszтет drobiowy 50g, Polędwica sopocka 30g, Ćwikła z chrzanem 50g, Ogórek kiszony 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2406.99 kcal; Białko ogółem: 121.03 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 305.45 g; Cukry proste: 14.24 g; Sód: 1510.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.75 g;		
<b>Płatki orkiszowe na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko) chleb graham 75g, Masło 15g Ser żółty 60g, Polędwica z warzywami 30g, Pomidor 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, kawa zbożowa)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie :</b> Kefir 200g  <i>*alergeny:mleko,</i>	<b>Pomidorowa z makaronem ze śmietaną 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, śmietana, natka pietruszki) Schab duszony 90g(schab b/k, mąka pszenna) Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler, koper) Surówka z marchwi i pora 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z truskawek bez cukru 250ml (truskawek)</b>  <i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko,jaja</i>  <b>Pod:</b> Brokuł gotowany 150g	<b>Chleb graham 75g, Masło 15g Paszтет drobiowy 50g, Polędwica sopocka 30g, Ćwikła z chrzanem 50g, Ogórek kiszony 30g, Herbata 250ml (Herbata czarna)</b>  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>  <b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy 30g, Paszтет drobiowy 25g,  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 13.07.2025  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartości odżywcze: Energia : 2300.79 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Cukry proste: 48.51 g; Sód: 1539.16 mg; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;		
<p><b>Płatki orkiszowe na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko) Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 60g, Dżem 25g, Sałatka z gotowanego selera 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p><b>Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, natka pietruszki) Schab duszony 90g(schab b/k, mąka pszenna) Marchew z groszkiem gotowana 150g,Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler, koper) Ziemiaki 150g, Kisiel płynny 250ml (kisiel, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Pasztet drobiowy 50g, Polędwica sopocka 30g, Mus z gotowanego jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta łatwostrawna mielona</b> Wartości odżywcze: Energia : 2291.74 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; Cukry proste: 59.08 g; Sód: 1069.09 mg; Błonnik pokarmowy: 32.51 g		
<p><b>Płatki orkiszowe na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko)chleb bal.100g, Masło 15g, Polędwica z warzywami 60g, Dżem 25g, Sałatka z gotowanego selera 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Herbatniki 30g</b></p> <p><i>*alergeny : gluten,</i></p>	<p><b>Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, natka pietruszki potrawka ze schabu 150g(schab b/k, marchew, seler, pietruszka, mąka) Marchew z groszkiem gotowana 150g, Kisiel płynny 250ml (kisiel, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i></p> <p><b>Pod:</b> Sok jabłkowy 200ml</p>	<p><b>Chleb bal.100g, Masło 15g, Polędwica sopocka 60g, Serek tartare 20g, Mus z gotowanego jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta łatwostrawna niskotłuszczowa</b> Wartości odżywcze: Energia : 2362.63 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 41.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.39 g; Węglowodany ogółem: 385.00 g; Cukry proste: 58.56 g; Sód: 1116.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;		
<p><b>Płatki orkiszowe na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Polędwica z warzywami 60g, Dżem 25g, Sałatka z gotowanego selera 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p><b>Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, natka pietruszki) Schab duszony 90g(schab b/k, mąka pszenna) Marchew z groszkiem gotowana 150g,Sos koperkowy 100ml (mąka pszenna, marchew, seler, koper) Kisiel płynny 250ml (kisiel, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g, Polędwica sopocka 60g, Serek tartare 20g, Mus z gotowanego jabłka 80g,Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień niedziela 13.07.2025  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia</b> Wartości odżywcze: Energia : 2039.06 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 46,31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; Cukry proste: 53.46 g; Sód: 1013.48 mg; Błonnik pokarmowy: 31.99 g;		
<p><b>Płatki orkiszowe na mleku 150ml (Makaron pszenny, mleko), chleb bal.50g, Masło 15g, Ser żółty 60g, Polędwica z warzywami 30g, Salátka z gotowanego selera 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna.)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Herbatniki 30g</b></p> <p><i>*alergeny : gluten,</i></p>	<p><b>Pomidorowa z makaronem ze śmietaną 200ml (makaron pszenny, marchew, seler, śmietana, natka pietruszki) potrawka ze schabu 150g(schab b/k, marchew, seler, pietruszka, mąka) Marchewka gotowana 80g, Kisiel płynny 250ml (kisiel, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mleko</i></p> <p><b>Pod:</b> Sok jabłkowy 200ml</p>	<p><b>Chleb Balton.50g, Masło 15g, Polędwica sopocka 60g, Serek tartare 20g, Mus z gotowanego jabłka 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych</b> Wartości odżywcze: Energia : 2372.70 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 387.86 g; Cukry proste: 54.19 g; Sód: 1273.76 mg; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;		
<p><b>Płatki orkiszowe na mleku 300ml (Makaron pszenny, mleko) Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g Ser żółty 60g, Dżem 25g Pomidor 80g, kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Herbatniki 30g</b></p> <p><i>*alergeny : gluten,</i></p>	<p><b>Pomidorowa z makaronem ze śmietaną 400ml (makaron pszenny, marchew, seler, śmietana, natka pietruszki) Kotlet pożarski smażony 90g(schab b/k, bułka tarta, jajko, mąka pszenna) Marchew z groszkiem gotowana 150g, Ziemniaki 150g, Kisiel płynny 250ml (kisiel, cukier)</b></p> <p><i>*alergeny:gluten, seler, gorczyca,mlek,jaja</i></p> <p><b>Pod:</b> Sok jabłkowy 200ml</p>	<p><b>Chleb bal.70g chleb razowy 30g, Masło 15g, Pasztet drobiowy 50g, Polędwica sopocka 30g, Ćwikła z chrzanem 50g, Ogórek kiszony 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>