

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 Wtorek 22.07.2025 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta podstawowa</b> Wartość kaloryczna:2349,17 Białko:116,25 Tłuszcz:55,60 Kwasy tłuszczowe:18,53 Węglowodany:319,55 Cukry Proste:31,65 Sód:1275, 85 Błonnik:30,27		
<b>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szyńka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z pomidora i cebuli 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa),</b>  <i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,ryby</i>	<b>Grochowa 400ml (Ziemniaki, groch, marchew, seler, korpus z kurczaka, mąka pszenna, majeranek, czosnek) Knedle z truskawkami 250g, Sos jogurtowy 100g(Jogurt naturalny cukier) Kisiel płynny 250ml(cukier, kisiel)Arbuz 150g</b>  <i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i>	<b>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka świeżego z dresinbgiem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b>  <i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt
<b>Dieta cukrzycowa</b> Wartość kaloryczna:2303,30 Białko:117,93 Tłuszcz:62,70 Kwasy tłuszczowe:21,42 Węglowodany:262,87 Cukry Proste:7,38 Sód:1236,84 Błonnik:33,76		
<b>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Chleb graham 75g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szyńka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z pomidora i cebuli 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, Kawa zbożowa)</b>  <i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i>  <b>II Śniadanie</b> :Sok pomidorowy 330ml	<b>Grochowa 400ml (Ziemniaki, groch, marchew, seler, korpus z kurczaka, mąka pszenna, majeranek, czosnek) Pierogi ruskie 250g, Jogurt naturalny 100g, Kompot z truskawek bez cukru 250ml</b>  <i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i>  <b>Pod:</b> Warzywa gotowane 120g (kalafior, fasolka szparagowa)	<b>Chleb graham 75g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Ser żółty 20g, Sałatka z ogórka świeżego z dresinbgiem 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna)</b>  <i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca, seler</i>  <b>Posilek nocny:</b> Chleb graham 30g, Masło 10g, Ser żółty 30g  <i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 22.07.2025  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartość kaloryczna: 2376,43 Białko:114,96 Tłuszcz:61,13 Kwasy tłuszczowe:21,81 Węglowodany:345,45 Cukry proste:48,38 Sód:1727,44 Błonnik:30,36		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p><b>Pomidorowa bez śmietany 400ml</b> (Marchew, ryż brązowy, koncentrat pomidorowy, seler, korpus z kurczaka) <b>Knedle z truskawkami 250g, Sos jogurtowy 100g(Jogurt naturalny cukier) Kisiel płynny 250ml(cukier, kisiel) Arbuz 150g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g, 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: 2371,96 Białko:117,54 Tłuszcz:56,02 Kwasy tłuszczowe:20,21 Węglowodany:346,36 Cukry Proste:55,45 Sód:1490,91 Błonnik:31,41		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski 100g Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g</b></p> <p><i>*alergeny: mleko,</i></p>	<p><b>Pomidorowa bez śmietany 400ml</b> (Marchew, ryż brązowy, koncentrat pomidorowy, seler, korpus z kurczaka) <b>Knedle z truskawkami 250g, Sos jogurtowy 100g(Jogurt naturalny cukier) Kisiel płynny 250ml(cukier, kisiel)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p><b>Pod: Biszkopty 30g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, jaja</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g, 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: 2335,55 Białko:116,29 Tłuszcz:47,12 Kwasy tłuszczowe:17,10 Węglowodany:359,96 Cukry Proste:35,33 Sód:1405,70 Błonnik:31,46		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, mleko, gorczyca</i></p>	<p><b>Pomidorowa bez śmietany 400ml</b> (Marchew, ryż brązowy, koncentrat pomidorowy, seler, korpus z kurczaka) <b>Knedle z truskawkami 250g, Sos jogurtowy 100g(Jogurt naturalny cukier) Kisiel płynny 250ml(cukier, kisiel) Arbuz 150g</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p>	<p><b>Chleb baltonowski 100g, Masło 10g Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g, Sałatka z cukinii z koncentratem 80g, 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 II Śniadanie	Jadłospis na dzień Wtorek 22.07.2025  Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>Dieta dzieci 2 roku życia      Wartość kaloryczna:2165,99 Białko:111,41 Tłuszcz:50,97 Kwasy tłuszczowe:17,67 Węglowodany:296,99 Cukry Proste:57,34 Sód:1410,81 Błonnik:26,16</b>		
<p><b>Kasza manna na mleku 150ml( mleko,Kasza manna), Chleb baltonowski50g Masło 15g Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z pomidora i cebuli 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</b></p> <p><i>*alergenv: mleko,</i></p>	<p><b>Pomidorowa z ryżem 200ml (Marchew, ryż brązowy, koncentrat pomidorowy, seler, śmietana, korpus z kurczaka) Knedle z truskawkami 250g, Sos jogurtowy 100g(Jogurt naturalny cukier) Kisiel płynny 250ml(cukier, kisiel)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p><b>Pod:</b> Arbuz 150g</p>	<p><b>Chleb baltonowski 50g, Masło 15g, Kielbasa krakowska 60g, Twarożek Haga 20g, Sałatka z ogórka świeżego z dresinbgiem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca,</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
<b>Dieta dzieci dużych      Wartość kaloryczna:2398,16 Białko:111,35 Tłuszcz:56,10 Kwasy nasycone:19,54 Węglowodany:366,47 Cukry Proste:57,65 Sód:1456,25Błonnik:30,47</b>		
<p><b>Kasza manna na mleku 300ml( mleko,Kasza manna), Bulka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g, Masło 15g, Twaróg z jogurtem naturalnym 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z pomidora i cebuli 80g, Kawa z mlekiem 250ml ( mleko, cukier, Kawa zbożowa) Rukola 30g</b></p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g</b></p> <p><i>*alergenv: mleko,</i></p>	<p><b>Pomidorowa z ryżem 400ml (Marchew, ryż brązowy, koncentrat pomidorowy, seler, śmietana, korpus z kurczaka) Knedle z truskawkami 250g, Sos jogurtowy 100g(Jogurt naturalny cukier) Kompot z truskawek 250ml(cukier, truskawka)</b></p> <p><i>*alergeny: gluten, seler, gorczyca</i></p> <p><b>Pod:</b> Arbuz 150g</p>	<p><b>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g Kielbasa krakowska 60g, Ser żółty 20g,, Sałatka z ogórka świeżego z dresinbgiem 80g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna)</b></p> <p><i>*alergenv: gluten, mleko, gorczyca</i></p> <p><b>Posilek nocny:</b> Mus owocowo-warzywny 1szt</p>