

JADŁOSPIS

01.04 – 07.04.2024 r.



PONIEDZIAŁEK 29.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2306</p> <p>B: 94,7 g T: 66,5 g, Tł. nas.: 26,7 g W: 357,4 g w tym cukry: 111,2 g Błonnik: 35,2 g Sól: 6,7 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z ryby 100 g Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryby, jaja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Makaron z jabłkami 350 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, gorczyca, seler, sojs</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2083</p> <p>B: 88,4 g T: 46,4 g Tł. nas.: 23,9 g W: 351,8 g w tym cukry: 115,1 g Błonnik: 32,8 g Sól: 7,5 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa drobiowa 60 g Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Makaron z jabłkami 350 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, gorczyca, seler, soja</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1859</p> <p>B: 100,2 g T: 56,1 g Tł. nas.: 25,2 g W: 271,9 g w tym cukry: 56,4 g Błonnik: 44 g Sól: 8 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Kiełbasa drobiowa 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja</p>	<p>Kefir</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Gulasz drobiowy 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, siarczyny, gorczyca, soja</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2052</p> <p>B: 80,7 g T: 41,1 g Tł. nas.: 21,9 g W: 357,2 g w tym cukry: 132,4 g Błonnik: 28,1 g Sól: 7,3 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa drobiowa 60 g Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami bez śmietany 350 ml Makaron z jabłkami 350 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, gorczyca, seler, soja</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Dżem 25 g Pomidor bez skórki ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1995</p> <p>B: 65,4 g T: 61,9 g Tł. nas.: 25,2 g W: 310,8 g w tym cukry: 100,4 g Błonnik: 21,8 g Sól: 7,2 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Kiełbasa drobiowa 60 g Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, siarczyny, soja</p>	<p>Kefir</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Barszcz czerwony bez mąki z ziemniakami 350 ml Ryż z jabłkami 350 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, siarczyny, gorczyca, seler, soja</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1239</p> <p>B: 51,5 g T: 31,3 g Tł. nas.: 16,6 g W: 203,2 g w tym cukry: 81,1 g Błonnik: 19,7 g Sól: 4,3 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Kiełbasa drobiowa 30 g Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml Makaron z jabłkami 180 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, gorczyca, seler, soja</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1688</p> <p>B: 73,4 g T: 35,4 g Tł. nas.: 17,7 g W: 288,9 g w tym cukry: 100,6 g Błonnik: 26,8 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Kiełbasa drobiowa 40 g Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Makaron z jabłkami 300 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, gorczyca, seler, soja</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 40 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2083</p> <p>B: 88,4 g T: 46,4 g Tł. nas.: 23,9 g W: 351,8 g w tym cukry: 115,1 g Błonnik: 32,8 g Sól: 7,5 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa drobiowa 60 g Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Makaron z jabłkami 350 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, gorczyca, seler, soja</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIĄD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2381</p> <p>B: 107,7 g T: 76,7 g, Tł. nas.: 31,1 g W: 331,5 g w tym cukry: 83,9 g Błonnik: 27,3 g Sól: 3,5 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 350 ml Bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyny, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Papryka czerwona 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2287</p> <p>B: 107,8 g T: 68,5 g Tł. nas.: 31 g W: 326,5 g w tym cukry: 87,8 g Błonnik: 26,5 g Sól: 4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 350 ml Bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2278</p> <p>B: 122,2 g T: 84,1 g Tł. nas.: 37,7 g W: 289 g w tym cukry: 42,3 g Błonnik: 40,8 g Sól: 5,8 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem brązowym 350 ml Bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Chleb razowy graham Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2181</p> <p>B: 100,9 g T: 59,5 g Tł. nas.: 26,7 g W: 327 g w tym cukry: 87 g Błonnik: 26,4 g Sól: 4,3 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem bez śmietany 350 ml Bitka drobiowa bez sosu 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1823</p> <p>E: 2270 kcal B: 94,4 g T: 83 g Tł. nas.: 30,8 g W: 300 g w tym cukry: 88,3 g Błonnik: 22,1 g Sól: 3,5 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100g, masło 15g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml, miód 25g, herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, orzechy</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem bez mąki 350ml, bitka drobiowa bez sosu 120g ziemniaki 250g, surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100g, masło 15g, pasta mięsno -jarzynowa 100 g, pomidor ½ szt, herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>

<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1103</p> <p>E: 1289 kcal B: 54,9 g T: 39,1 g Tł nas.: 18,5 g W: 189,2 g w tym cukry: 64,6g Błonnik: 14,7 g Sól: 2,2 g</p>	<p>Bułka 50g, masło 10g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200ml, miód 25g, herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 200ml, bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 60g ziemniaki 100g, surówka z marchewki i jabłka 100g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 50g, masło 10g, pasta mięsno - jarzynowa 50 g, pomidor ½ szt, herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1640</p> <p>E: 1785 kcal B: 81,6 g T: 52,9 g Tł nas.: 22 g W: 259,1 g w tym cukry: 75,8g Błonnik: 20,9 g Sól: 3,2 g</p>	<p>Bułka 80g, masło 10g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, miód 25g, herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 300ml, bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 100g ziemniaki 200g, surówka z marchewki i jabłka 150g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 80g, masło 10g, pasta mięsno - jarzynowa 80 g, pomidor ½ szt, herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 1894</p> <p>E: 2287 kcal B: 107,8 g T: 68,5 g Tł nas.: 31 g W: 326,5 g w tym cukry: 87,8 g Błonnik: 26,5 g Sól: 4 g</p>	<p>Bułka 100g, masło 15g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml, miód 25g, herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml, bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 120g ziemniaki 250g, surówka z marchewki i jabłka 150g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100g, masło 15g, pasta mięsno - jarzynowa 100 g, pomidor ½ szt, herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>