

JADŁOSPIS

13.05 – 19.05.2024 r.



PONIEDZIAŁEK 13.05.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIĄD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2388</p> <p>B: 95,3 g T: 97,4 g Tł. nas.: 35 g W: 301,4 g w tym cukry: 65,7 g Błonnik: 28,6 g Sól: 7,9 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z ryb w sosie pomidorowym 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryby, siarczyny, jaja</p>	<p>Jogurt</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml Łazanki z kapustą 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Owoc
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2040</p> <p>B: 60,1 g T: 66,9 g Tł. nas.: 29,7 g W: 316,3 g w tym cukry: 91,4 g Błonnik: 22,3 g Sól: 5,6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml Ryż z jabłkami i śmietaną 350 g Herbata z cytryną 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 Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Owoc
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1893</p> <p>B: 90,3 g T: 76,7 g Tł. nas.: 29,3 g W: 240,8 g w tym cukry: 46,3 g Błonnik: 39,1 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt bez cukru</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml Filet w jarzynach 120 g Ziemniaki 250 g Brokuły 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 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Owoc
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1937</p> <p>B: 71,4 g T: 42,4 g Tł. nas.: 23,1 g W: 331,5 g w tym cukry: 89,7 g Błonnik: 21,3 g Sól: 4,5 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana bez śmietany 350 ml Ryż z jabłkami bez śmietany 350 g Herbata z cytryną 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 Twaróg 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	Owoc

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1918</p> <p>B: 64,4 g T: 63 g Tł. nas.: 27 g W: 286,8 g w tym cukry: 90,6 g Błonnik: 17,3 g Sól: 4,2 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami bez mąki 350 ml Ryż z jabłkami ze śmietaną 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1204</p> <p>B: 35,8 g T: 42,6 g Tł. nas.: 19,1 g W: 179,3 g w tym cukry: 64,6 g Błonnik: 12,5 g Sól: 3,3 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 200 ml Ryż z jabłkami ze śmietaną 180 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Parówki drobiowe 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Owoc</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1723</p> <p>B: 53,4 g T: 56,2 g Tł. nas.: 23,2 g W: 265,5 g w tym cukry: 84,6 g Błonnik: 18,7 g Sól: 5 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml Ryż z jabłkami ze śmietaną 300 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Owoc</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2040</p> <p>B: 60,1 g T: 66,9 g Tł. nas.: 29,7 g W: 316,3 g w tym cukry: 91,4 g Błonnik: 22,3 g Sól: 5,6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml Ryż z jabłkami ze śmietaną 350 g Herbata z cytryną 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 Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Owoc</p>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIĄD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2175</p> <p>B: 96,4 g T: 67,7 g Tł. nas.: 29,7 g W: 320,7 g w tym cukry: 98,4 g Błonnik: 37,6 g Sól: 5,3 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca</p>	Sok warzywny	<p>Zupa pieczarkowa z tartym ciastem 350 ml Duszona wołowina z jarzynami 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z czerwonej kapusty 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyny, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	Mus owocowy
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2159</p> <p>B: 100,9 g T: 62,8 g Tł. nas.: 29,6 g W: 330 g w tym cukry: 100,7 g Błonnik: 44,1 g Sól: 5,3 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca</p>	Sok warzywny	<p>Zupa brokułowa z makaronem 350 ml Duszona wołowina z jarzynami 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	Mus owocowy
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2030</p> <p>B: 110 g T: 66,2 g Tł. nas.: 31,2 g W: 291,6 g w tym cukry: 56,3 g Błonnik: 52,4 g Sól: 6,7 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca</p>	Sok warzywny	<p>Zupa brokułowa z makaronem razowym 350 ml Duszona wołowina z jarzynami 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 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>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1999</p> <p>B: 91,9 g T: 53 g Tł. nas.: 25,6 g W: 316 g w tym cukry: 96,7 g Błonnik: 38,6 g Sól: 5,2 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa bez żółtka jaja z jogurtem naturalnym 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Sok warzywny	<p>Zupa ryżowa z warzywami bez śmietany 350 ml Duszona wołowina z jarzynami bez śmietany 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	Mus owocowy
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2017</p> <p>B: 90,1 g T: 76,6 g Tł. nas.: 30,8 g W: 270,2 g w tym cukry: 77,6 g Błonnik: 37,2 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca</p>	Sok warzywny	<p>Zupa brokułowa z ryżem bez mąki 350 ml Duszona wołowina z jarzynami bez mąki 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	Mus owocowy

<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1237</p> <p>B: 51,5 g T: 37,4 g Tł. nas.: 18,1 g W: 191,9 g w tym cukry: 81,3 g Błonnik: 24,2 g Sól: 2,9 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 50 g Wędlina 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 200 ml Duszona wołowina z jarzynami 60 g Ziemniaki 100 g Sałatka z selera 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1798</p> <p>B: 80,7 g T: 50,3 g Tł. nas.: 22,2 g W: 284,4 g w tym cukry: 94,1 g Błonnik: 38,4 g Sól: 4,3 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 80 g Wędlina 30 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 300 ml Duszona wołowina z jarzynami 100 g Ziemniaki 200 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2159</p> <p>B: 100,9 g T: 62,8 g Tł. nas.: 29,6 g W: 330 g w tym cukry: 100,7 g Błonnik: 44,1 g Sól: 5,3 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 350 ml Duszona wołowina z jarzynami 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>