

JADŁOSPIS

01.04 – 07.04.2024 r.



PONIEDZIAŁEK 22.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIĄD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2066</p> <p>B: 97,7 g T: 65,8 g Tł. nas.: 29,8 g W: 294,1 g w tym cukry: 69,2 g Błonnik: 35,7 g Sól: 7,0 g</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>	Mus owocowy	<p>Barszcz po ukraińsku 350 ml Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, siarczyny</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Pasta z jajek 100 g Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	Sok warzywny
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1878</p> <p>B: 84,8 g T: 60,2 g Tł. nas.: 27,5 g W: 267,8 g w tym cukry: 67,8 g Błonnik: 29,2 g Sól: 7,0 g</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>	Mus owocowy	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 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 Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	Sok warzywny
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1802</p> <p>B: 90,4 g T: 63,1 g Tł. nas.: 28,8 g W: 246,7 g w tym cukry: 48,2 g Błonnik: 37,4 g Sól: 7,1 g</p>	<p>Chleb razowy graham 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>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Bitka drobiowa w sosie koperkowym 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 Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	Sok warzywny
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1810</p> <p>B: 95,2 g T: 44,5 g Tł. nas.: 23,2 g W: 275,6 g w tym cukry: 70,2 g Błonnik: 30,1 g Sól: 6,6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Mus owocowy	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami bez śmietany 350 ml Bitka drobiowa w sosie koperkowym bez śmietany 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 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>	Sok warzywny

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1802</p> <p>B: 74,8 g T: 61,3 g Tł. nas.: 24,2 g W: 254,2 g w tym cukry: 68,5 g Błonnik: 27 g Sól: 6,3 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami bez mąki 350 ml Bitka drobiowa bez sosu 100 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 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 Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1079</p> <p>B: 47,6 g T: 37,6 g Tł. nas.: 17,6 g W: 149,2 g w tym cukry: 53,8 g Błonnik: 17 g Sól: 4,5 g</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>Mus owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml Bitka drobiowa z sosem koperkowym 60 g Ziemniaki 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 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 Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1605</p> <p>B: 74,8 g T: 50,6 g Tł. nas.: 21,5 g W: 230,1 g w tym cukry: 65,4 g Błonnik: 26,4 g Sól: 6,5 g</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>Mus owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Bitka drobiowa w sosie koperkowym 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki i jabłka 150 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 Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 1878</p> <p>B: 84,8 g T: 60,2 g Tł. nas.: 27,5 g W: 267,8 g w tym cukry: 67,8 g Błonnik: 29,2 g Sól: 7,0 g</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>Mus owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Bitka drobiowa z sosem koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIĄD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2340</p> <p>B: 110,5 g T: 76,6 g Tł. nas.: 30,7 g W: 326,4 g w tym cukry: 106,4 g Błonnik: 35,7 g Sól: 4,2 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Twaróg z rzodkiewką 100 g Papryka czerwona 60 g Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	Owoc	<p>Zupa selerowa z grzankami 350 ml Schab zawijany z warzywami ziemniaki 250 g Surówka z kapusty białej 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler,soja, gorczyca, siarczyny</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Pasta z ryby w pomidorach 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, jaja</p>	Sok warzywny
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2147</p> <p>B: 112,4 g T: 61,9 g Tł. nas.: 30,9 g W: 310,6 g w tym cukry: 104,6 g Błonnik: 35,1 g Sól: 5,8 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	Owoc	<p>Zupa selerowa z grzankami 350 ml Schab zawijany z warzywami 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 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 Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	Sok warzywny
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2320</p> <p>B: 137,8 g T: 82,6 g Tł. nas.: 43,1 g W: 293 g w tym cukry: 51,4 g Błonnik: 46 g Sól: 6,7 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	Jogurt naturalny	<p>Zupa selerowa z grzankami 350 ml Schab zawijany z warzywami 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 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 Pasta z wędliny i twarogu 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 Twaróg</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2128</p> <p>B: 111,8 g T: 60,7 g Tł. nas.: 30,2 g W: 308,8 g w tym cukry: 103,6 g Błonnik: 34,6 g Sól: 5,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	Owoc	<p>Zupa selerowa z grzankami bez śmietany 350 ml Schab zawijany z warzywami bez śmietany 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 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 Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	Sok warzywny
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1953</p> <p>B: 97,4 g T: 74,5 g Tł. nas.: 30,5 g W: 246,9 g w tym cukry: 74,3 g Błonnik: 31,1 g Sól: 6,1 g</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>	Owoc	<p>Zupa selerowa bez mąki z ziemniakami 350 ml Schab zawijany z warzywami bez mąki 120g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 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 Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny mleko i laktoza</p>	Sok warzywny

<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1169</p> <p>B: 53,7 g T: 33,8 g Tł. nas.: 17,3 g W: 178,6 g w tym cukry: 81,2 g Błonnik: 19,9 g Sól: 3 g</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>Owoc</p>	<p>Zupa selerowa z grzankami 200 ml Schab zawijany z warzywami 60 g Ziemniaki 100 g Jarzynka z wody 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 Pasta z wędliny i twarogu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1709</p> <p>B: 87,9 g T: 46,1 g Tł. nas.: 21,5 g W: 260,3 g w tym cukry: 92,3 g Błonnik: 31,9 g Sól: 4,7 g</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>Owoc</p>	<p>Zupa selerowa z grzankami 300 ml Schab zawijany z warzywami 100 g Ziemniaki 200 g Jarzynka z wody 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 Pasta z wędliny i twarogu 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2044</p> <p>B: 105,7 g T: 58,9 g Tł. nas.: 28,9 g W: 298,6 g w tym cukry: 94,5 g Błonnik: 34,5 g Sól: 5,6 g</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>Owoc</p>	<p>Zupa selerowa z grzankami 350 ml Schab zawijany z warzywami 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 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 Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIĄD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2402</p> <p>B: 111,9 g T: 86,3 Tł. nas.: 37,3 g W: 303,9 g w tym cukry: 60,4 g Błonnik: 22,2 g Sól: 7,3 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Żurek z jakiem 350 ml Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa neapolitańska 350 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 350 g Fasolka szparagowa 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Wędlina 60 g Papryka czerwona 60 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Serek ziarnisty</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2182</p> <p>B: 124,8 g T: 60,1 g Tł. nas.: 29,7 g W: 297,3 g w tym cukry: 59,3 g Błonnik: 21,3 g Sól: 7,8 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jakiem 350 ml Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 350 g Brokuł gotowany 150 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 Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Serek ziarnisty</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2003</p> <p>B: 117,2 g T: 60 g Tł. nas.: 29,5 g W: 276,5 g w tym cukry: 27,5 g Błonnik: 35,5 g Sól: 7,7 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Żurek z jakiem 350 ml Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Kefir</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml Makaron razowy z sosem mięsno-jarzynowym 350 g Brokuł gotowany 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 Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Serek ziarnisty</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2091</p> <p>B: 129,4 g T: 54,1 g Tł. nas.: 29,1 g W: 283,9 g w tym cukry: 65,5 g Błonnik: 22,2 g Sól: 6,8 g</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>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana bez śmietany 350 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym bez śmietany 350 g Marchew mini gotowana 150 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 Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Serek ziarnisty</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1962</p> <p>B: 99,7 g T: 71,7 g Tł. nas.: 29,9 g W: 240,5 g w tym cukry: 44,8 g Błonnik: 15,1 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Kefir</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana bez mąki 350 ml Ryż z sosem mięsno-jarzynowym bez mąki 350 g Brokuł gotowany 150 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 Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja</p>	<p>Serek ziarnisty</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1299</p> <p>B: 84,8 g T: 38,5 g Tł. nas.: 21,9 g W: 159,8 g w tym cukry: 53,8 g Błonnik: 10,6 g Sól: 5,0 g</p>	<p>Bułka 50 g Serek kanapkowy 100 g Wędlina 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana 200 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 180 g Brokuł gotowany 100 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 Wędlina 30 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Serek ziarnisty</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1761</p> <p>B: 111,3 g T: 47,2 g Tł. nas.: 24,4 g W: 231,5 g w tym cukry: 61,2 g Błonnik: 16,1 g Sól: 6,8 g</p>	<p>Bułka 80 g Serek kanapkowy 100 g Wędlina 30 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana 300 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 300 g Brokuł gotowany 150 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 Wędlina 40 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Serek ziarnisty</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2072</p> <p>B: 129,7 g T: 53,3 g Tł. nas.: 27,7 g W: 278,2 g w tym cukry: 63,3 g Błonnik: 19,3 g Sól: 8,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Serek kanapkowy 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 350 g Brokuł gotowany 150 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 Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Serek ziarnisty</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIĄD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2430</p> <p>B: 89,4 g T: 99,2 g Tł. nas.: 39,1 g W: 315,6 g w tym cukry: 99 g Błonnik: 28,5 g Sól: 5,9 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	Owoc	<p>Krem z brokułów z groszkiem ptysiowym 350 ml Pieczeń z karkówki w sosie pieczeniowym 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Rzodkiewka 40 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2061</p> <p>B: 75,2 g T: 64,5 g Tł. nas.: 27,5 g W: 312,8 g w tym cukry: 101 g Błonnik: 26,9 g Sól: 6,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	Owoc	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Jajo sadzone 1 szt. Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2008</p> <p>B: 87,7 g T: 76 g Tł. nas.: 33,5 g W: 274,6 g w tym cukry: 38 g Błonnik: 40,4 g Sól: 7,7 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z twarogiem i wędliną 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Owoc	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Jajo sadzona 1 szt. Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 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, jaja</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Chleb razowy graham Masło Paszтет drobiowy</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2007</p> <p>B: 104,4 g T: 48 g Tł. nas.: 26,2 g W: 302 g w tym cukry: 100,4 g Błonnik: 21,2 g Sól: 6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	Owoc	<p>Zupa ryżowa bez śmietany 350 ml Filet drobiowy 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 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 Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2011</p> <p>B: 61,3 g T: 75 g Tł. nas.: 27,7 g W: 286,7 g w tym cukry: 79,6 g Błonnik: 23,8 g Sól: 4,7 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Płatki bezglutenowe na mleku 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, orzechy</p>	Owoc	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami bez mąki 350 ml Jajo sadzone 1 szt. Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>

<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1230</p> <p>B: 44,9 g T: 42,7 g Tł. nas.: 18,3 g W: 176,9 g w tym cukry: 79,8 g Błonnik: 13,9 g Sól: 3,3 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Płatki kukurydziane na mleku 200 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 200 ml Jajo sadzone 1 szt. Ziemniaki 100 g Sałatka z buraków 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Kiełbasa szynkowa 30 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1712</p> <p>B: 62,6 g T: 51,9 g Tł. nas.: 20,9 g W: 264,5 g w tym cukry: 96,2 g Błonnik: 23,9 g Sól: 4,7 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Patki kukurydziane na mleku 300 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Jajo sadzone 1 szt. Ziemniaki 200 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Kiełbasa szynkowa 40 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2061</p> <p>B: 75,2 g T: 64,5 g Tł. nas.: 27,5 g W: 312,8 g w tym cukry: 101 g Błonnik: 26,9 g Sól: 6,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Jajo sadzone 1 szt. Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIĄD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2180</p> <p>B: 103,1 g T: 75,9 g Tł. nas.: 28,9 g W: 281 g w tym cukry: 66,9 g Błonnik: 32,6 g Sól: 6,1 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z sera żółtego 100 g Papryka 60 g Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</p>	Sok warzywny	<p>Zupa pieczarkowa z tartym ciastem 350 ml Ryba gotowana z sosem koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, ryba, seler, jaja, soja, gorczyca</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyn</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2056</p> <p>B: 101,7 g T: 63,3 g Tł. nas.: 30,1 g W: 292 g w tym cukry: 71,7 g Błonnik: 33,1 g Sól: 6,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</p>	Sok warzywny	<p>Solferino 350 ml Ryba gotowana z sosem koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyn</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1942</p> <p>B: 102,5 g T: 64,8 g Tł. nas.: 30,7 g W: 268,1 g w tym cukry: 53 g Błonnik: 41,3 g Sól: 6,3 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</p>	Sok warzywny	<p>Solferino 350 ml Ryba gotowana z sosem koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyn</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1978</p> <p>B: 106,5 g T: 56 g Tł. nas.: 27 g W: 283,5 g w tym cukry: 70,8 g Błonnik: 32,9 g Sól: 7,6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</p>	Sok warzywny	<p>Solferino bez śmietany 350 ml Ryba gotowana 100 g Ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyn</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1911</p> <p>B: 88,3 g T: 75 g Tł. nas.: 28,8 g W: 240,4 g w tym cukry: 58,5 g Błonnik: 27,5 g Sól: 5,5 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	Sok warzywny	<p>Solferino bez mąki 350 ml Ryba gotowana 100 g Ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, ryba, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo, siarczyn</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1124</p> <p>B: 54,7 g T: 38,4 g Tł. nas.: 18,2 g W: 153,9 g w tym cukry: 50,2 g Błonnik: 18,2 g Sól: 4,3 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Twaróg z natką 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Solferino 200 ml Ryba gotowana z sosem koperkowym 60 g Ziemniaki 100 g Surówka z selera 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1601</p> <p>B: 80,7 g T: 49 g Tł. nas.: 21,3 g W: 230,2 g w tym cukry: 59,1 g Błonnik: 28,2 g Sól: 5,6 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z natką 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Solferino 300 ml Ryba gotowana z sosem koperkowym 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 1952</p> <p>B: 95 g T: 60,2 g Tł. nas.: 28,1 g W: 279,9 g w tym cukry: 61,7 g Błonnik: 32,4 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Solferino 350 ml Ryba gotowana z sosem koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIĄD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2370 B: 105,2 g T: 90,6 g Tł. nas.: 20,7 g W: 304,6 g w tym cukry: 78,8 g Błonnik: 34,2 g Sól: 5,9 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Mus owocowy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Udko pieczone 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka oprószana 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler	Chleb pszenno-żytni 100 g Serek puszysty 150 g Papryka czerwona 60 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2294 B: 106,4 g T: 85,3 g Tł. nas.: 20,4 g W: 295,5 g w tym cukry: 80,9 g Błonnik: 31,6 g Sól: 6,2 g	Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Mus owocowy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka oprószana 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler	Bułka 100 g Serek puszysty 150 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2070 B: 107,3 g T: 86,6 g Tł. nas.: 21,4 g W: 245,2 g w tym cukry: 39,3 g Błonnik: 38,5 g Sól: 7,5 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Jogurt naturalny Alergeny: mleko i laktoza	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka oprószana 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler	Chleb razowy graham 100 g Serek puszysty 150 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2050 B: 106,8 g T: 55,1 g Tł. nas.: 25,6 g W: 299,6 g w tym cukry: 81,1 g Błonnik: 30,6 g Sól: 5,8 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Mus owocowy	Zupa ziemniaczana bez śmietany 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka mini gotowana 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1918 B: 99,9 g T: 72,2 g Tł. nas.: 28 g W: 234,8 g w tym cukry: 62,8 g Błonnik: 26,9 g Sól: 6,4 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: mleko i laktoza, soja, siarczyny	Mus owocowy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami bez mąki 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka mini gotowana 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny

<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1182</p> <p>B: 49,6 g T: 39,5 g Tł. nas.: 11,6 g W: 167,9 g w tym cukry: 67,8 g Błonnik: 16,3 g Sól: 3,3 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Parówki drobiowe 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 200 ml Udko gotowane 100 g Ziemniaki 100 g Marchewka oprószana 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 50 g Serek puszysty 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1795</p> <p>B: 77,7 g T: 60,8 g Tł. nas.: 14,8 g W: 252,2 g w tym cukry: 77,7 g Błonnik: 27,4 g Sól: 5,0 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Parówki drobiowe 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Udko gotowane 150 g Ziemniaki 200 g Marchewka oprószana 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 80 g Serek puszysty 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2294</p> <p>B: 106,4 g T: 85,3 g Tł. nas.: 20,4 g W: 295,5 g w tym cukry: 80,9 g Błonnik: 31,6 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka oprószana 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Serek puszysty 150 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIĄD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2189</p> <p>B: 80,5 g T: 94,0 g Tł. nas.: 33,6 g W: 272,8 g w tym cukry: 63 g Błonnik: 25,4 g Sól: 6,1 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Owoc	<p>Zupa grysikowa na rosole 350 ml Bitka wieprzowa w sosie pieczeniowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Kompot owocowy 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 Paszтет z drobiu 1 szt. Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1946</p> <p>B: 90,8 g T: 62,7 g Tł. nas.: 26,2 g W: 272 g w tym cukry: 68,4 g Błonnik: 25,2 g Sól: 5,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Owoc	<p>Zupa grysikowa 350 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2169</p> <p>B: 112,2 g T: 81,3 g Tł. nas.: 37,1 g W: 277,3 g w tym cukry: 33,9 g Błonnik: 38,3 g Sól: 6,8 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa grysikowa 350 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Chleb razowy graham Masło Twaróg</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1940</p> <p>B: 104,4 g T: 57,6 g Tł. nas.: 26,5 g W: 267,7 g w tym cukry: 70,7 g Błonnik: 24,9 g Sól: 5,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Owoc	<p>Zupa grysikowa bez śmietany 350 ml Pulpet bez żółtka jaj 100 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</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>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1914</p> <p>B: 95,9 g T: 69,8 g Tł. nas.: 27,1 g W: 239,5 g w tym cukry: 68,9 g Błonnik: 20,2 g Sól: 4,6 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja</p>	Owoc	<p>Zupa ryżowa bez mąki 350 ml Filet drobiowy gotowany 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy 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>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1121</p> <p>B: 48 g T: 38 g Tł. nas.: 17 g W: 157,8 g w tym cukry: 60,6 g Błonnik: 14,2 g Sól: 3,4 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Wędlina 30 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa grysikowa 200 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 60 g Ziemniaki 100 g Jarzynka z wody 100 g Kompot owocowy 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1552</p> <p>B: 69,7 g T: 45,7 g Tł. nas.: 18,9 g W: 231,9 g w tym cukry: 67,4 g Błonnik: 23 g Sól: 4,6 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Wędlina 40 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 100 g Ziemniaki 200 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 1946</p> <p>B: 90,8 g T: 62,7 g Tł. nas.: 26,2 g W: 272 g w tym cukry: 68,4 g Błonnik: 25,2 g Sól: 5,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa grysikowa 350 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>