

JADŁOSPIS

11.03 – 17.03.2024 r.



PONIEDZIAŁEK 11.03.2024		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
	DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2425 B: 107,8 g T: 94 g Tł. nas.: 40,5 g W: 301,4 g w tym cukry: 71,6 g Błonnik: 24,5 g Sól: 34,4 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Papryka czerwona 60 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	Zupa selerowa z grzankami 350 ml Makaron z sosem bolońskim 350 g Sałata zielona ze śmietaną 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, jajo, seler	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Mus owocowy
	DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2241 B: 117 g T: 72,7 g Tł. nas.: 33,8 g W: 291,9 g w tym cukry: 69,5 g Błonnik: 21,3 g Sól: 4,6 g	Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	Zupa selerowa z grzankami 350 ml Makaron z sosem bolońskim 350 g Sałata zielona ze śmietaną 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, jajo, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Mus owocowy
	DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2440 B: 140,4 g T: 87 g Tł. nas.: 42,3 g W: 307,7 g w tym cukry: 38 g Błonnik: 39,9 g Sól: 5,7 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler	Jogurt naturalny Alergeny: mleko i laktoza	Zupa selerowa z grzankami 350 ml Makaron razowy z sosem bolońskim 350 g Sałata zielona ze śmietaną 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, jajo, seler	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Chleb graham Masło 15 g Twaróg 70 g Alergeny: gluten, mleko i laktoza
	DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2202 B: 121,5 g T: 61,9 g Tł. nas.: 28,7 g W: 306,5 g w tym cukry: 79,6 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: mleko i laktoza	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	Zupa selerowa z grzankami bez śmietany 350 ml Makaron z sosem bolońskim bez śmietany 350 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Mus owocowy

Błonnik: 26,6 g Sól: 6,1 g	Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler		Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler		
DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2043 B: 91,3 g T: 76,7 g Tł. nas.: 29,0 g W: 264,1 g w tym cukry: 62,8 g Błonnik: 22,4 g Sól: 3,9 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem 250 ml Alergeny: mleko i laktoza, jajo	Jogurt naturalny Alergeny: mleko i laktoza	Zupa selerowa z ziemniakami bez mąki 350 ml Ryż z sosem bolońskim bez mąki 350 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: mleko i laktoza, seler	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: mleko i laktoza	Mus owocowy
DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1232 B: 58,5 g T: 39 g Tł. nas.: 18,5 g W: 172,7 g w tym cukry: 56,9 g Błonnik: 15,8 g Sól: 2,6 g	Bułka 50 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	Zupa selerowa z grzankami 200 ml Makaron z sosem bolońskim 180 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler	Bułka 50 g Masło 10 g Pasta z kurczaka 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Mus owocowy
DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1760 B: 89,6 g T: 51,2 g Tł. nas.: 22 g W: 252,5 g w tym cukry: 66,7 g Błonnik: 24,4 g Sól: 3,9 g	Bułka 80 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	Zupa selerowa z grzankami 300 ml Makaron z sosem bolońskim 300 g Surówka z marchwi i jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler	Bułka 80 g Masło 10 g Pasta z kurczaka 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Mus owocowy
DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 - 18 LAT KCAL: 2112 B: 107,2 g T: 64,6 g Tł. nas.: 28,9 g W: 292,2 g w tym cukry: 67,8 g Błonnik: 25,9 g Sól: 4,6 g	Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	Zupa selerowa z grzankami 350 ml Makaron z sosem bolońskim 350 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Mus owocowy

WTOREK
12.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2183 B: 84,4 g T: 65,8 g Tł. nas.: 27,9 g W: 335,3 g w tym cukry: 108,1 g Błonnik: 32,6 g Sól: 4,4 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml Bitka drobiowa w sosie 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, seler, gorczyca, sezam	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza
DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2154 B: 86,7 g T: 62,5 g Tł. nas.: 28,1 g W: 331,5 g w tym cukry: 113,6 g Błonnik: 30,1 g Sól: 4,8 g	Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml Ziemniaki 250 g Bitka drobiowa w sosie 120 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza
DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1826 B: 92,2 g T: 65,4 g Tł. nas.: 28 g W: 245,5 g w tym cukry: 46,6 g Błonnik: 36,9 g Sól: 6,1 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z jaj 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jaja	Sok warzywny	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml Ziemniaki 250 g Bitka drobiowa w sosie 120 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Jogurt naturalny Alergeny: mleko i laktoza
DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2124 B: 100,2 g T: 54,9 g Tł. nas.: 27,3 g W: 327 g w tym cukry: 115,5 g Błonnik: 29,8 g Sól: 4,2 g	Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny	Zupa jarzynowa z ziemniakami bez śmietany 350 ml Ziemniaki 250 g Bitka drobiowa bez sosu 120 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza

				Alergeny: gluten, mleko i laktoza		
DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2095 B: 94,4 g T: 71,9 g Tł. nas.: 29,5 g W: 283,2 g w tym cukry: 76,5 g Błonnik: 24,4 g Sól: 5,2 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami bezglutenowymi 350 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: mleko i laktoza, orzechy	Sok warzywny	Zupa jarzynowa z ziemniakami bez mąki 350 ml Ziemniaki 250 g Bitka drobiowa bez sosu 120 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: mleko i laktoza	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: mleko i laktoza	Jogurt naturalny Alergeny: mleko i laktoza	
DIETA DLA DZIECI 1 - 3 LAT KCAL: 1245 B: 46,2 g T: 39,4 g Tł. nas.: 17,7 g W: 189,6 g w tym cukry: 91,4 g Błonnik: 16,6 g Sól: 3 g	Bułka 50 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 ml Dżem 25 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200 ml Ziemniaki 100 g Bitka drobiowa w sosie 60 g Ćwikła 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	
DIETA DLA DZIECI 4 - 9 LAT KCAL: 1795,3 B: 73,8 g T: 47,6 g Tł. nas.: 20,8 g W: 286,2 g w tym cukry: 109,2 g Błonnik: 26,4 g Sól: 4,2 g	Bułka 80 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml Dżem 25 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml Ziemniaki 200 g Bitka drobiowa w sosie 100 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	
DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 - 18 LAT KCAL: 2154 B: 86,7 g T: 62,5 g Tł. nas.: 28,1 g W: 331,5 g w tym cukry: 113,6 g Błonnik: 30,1 g Sól: 4,8 g	Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Dżem 25 g Herbata z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml Ziemniaki 250 g Bitka drobiowa w sosie 120 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	

ŚRODA
13.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2261</p> <p>B: 97,2 g T: 56,8 g Tł. nas.: 22,6 g W: 350,3 g w tym cukry: 92,2 g Błonnik: 36,1 g Sól: 5,6 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z sera żółtego 90 g Sałata 20 g Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	Owoc	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Pierogi leniwe 300 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Papryka 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Sok warzywny
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2114</p> <p>B: 96,5 g T: 51,2 g Tł. nas.: 27,2 g W: 337,8 g w tym cukry: 93 g Błonnik: 32,1 g Sól: 5,5 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z twarogu 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	Owoc	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Pierogi leniwe 300 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Sok warzywny
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2278</p> <p>B: 107,1 g T: 73,3 g Tł. nas.: 37,2 g W: 329,7 g w tym cukry: 45,9 g Błonnik: 43 g Sól: 6,9 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z twarogu 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	Owoc	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Pierogi leniwe 300 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</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>Chleb razowy graham Masło 15 g Pomidor 100 g</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2100</p> <p>B: 96,3 g T: 50 g Tł. nas.: 26,4 g W: 337,4 g w tym cukry: 92,6 g Błonnik: 32,1 g Sól: 5,5 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z twarogu 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	Owoc	<p>Barszcz czerwony bez śmietany z ziemniakami 350 ml Pierogi leniwe 300 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Sok warzywny

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1807 B: 63,6 g T: 60,4 g Tł. nas.: 24,8 g W: 267,4 g w tym cukry: 69,1 g Błonnik: 23,8 g Sól: 6 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta z twarogu 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, siarczyn</p>	<p>Owoc</p>	<p>Barszcz czerwony bez mąki z ziemniakami 350 ml Kluski śląskie z mąki ziemniaczanej z jabłkiem 300 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 1 – 3 LAT KCAL: 1231 B: 50,4 g T: 30,4 g Tł. nas.: 16,5 g W: 203,9 g w tym cukry: 76,7 g Błonnik: 20,6 g Sól: 3,1 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Pasta z twarogu 50 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyn</p>	<p>Owoc</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml Pierogi leniwe 150 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Wędlina 30 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4 – 9 LAT KCAL: 1681 B: 76,1 g T: 37,2 g Tł. nas.: 19,5 g W: 279,9 g w tym cukry: 88,5 g Błonnik: 28,6 g Sól: 4,4 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Pasta z twarogu 100 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyn</p>	<p>Owoc</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Pierogi leniwe 250 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2114 B: 96,5 g T: 51,2 g Tł. nas.: 27,2 g W: 337,8 g w tym cukry: 93 g Błonnik: 32,1 g Sól: 5,5 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z twarogu 100 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyn</p>	<p>Owoc</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Pierogi leniwe 300 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>

CZWARTEK
14.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2388 B: 94,1 g T: 91,6 g Tł. nas.: 36,7 g W: 316,6 g w tym cukry: 45,6 g Błonnik: 28,9 g Sól: 10,7 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem i kielbasą 350 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Solferino 350 ml Kasza jęczmienna 200 g Gulasz wieprzowy 120 g Surówka z kiszonego ogórka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego i wędliny 100 g Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2076 B: 95,4 g T: 57,7 g Tł. nas.: 27,2 g W: 316,4 g w tym cukry: 53,5 g Błonnik: 31,9 g Sól: 8,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Solferino 350 ml Kasza jęczmienna 200 g Gulasz drobiowy 120 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1997 B: 100,5 g T: 60,5 g Tł. nas.: 28,5 g W: 295,1 g w tym cukry: 38,7 g Błonnik: 39,4 g Sól: 8,1 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Solferino 350 ml Kasza jęczmienna 200 g Gulasz drobiowy 120 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</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1867 B: 97,5 g T: 47 g Tł. nas.: 23 g W: 284,1 g w tym cukry: 51,5 g Błonnik: 29,7 g Sól: 7,9 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Solferino bez śmietany 350 ml Kasza jęczmienna 200 g Filet drobiowy 120 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego i wędliny 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1900 B: 82,2 g T: 65,2 g Tł. nas.: 25,6 g W: 260,8 g w tym cukry: 52,1 g Błonnik: 21,7 g Sól: 6,3 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajo 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Solferino bez mąki 350 ml Ryż 200 g Filet drobiowy 120 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1244 B: 50,3 g T: 42,8 g Tł. nas.: 22,3 g W: 177,6 g w tym cukry: 43,3 g Błonnik: 18,6 g Sól: 4,9 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Żurek z jajkiem 200 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Solferino 200 ml Kasza jęczmienna 100 g Gulasz drobiowy 60 g Jarzynka z wody 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Pasta z sera białego i wędliny 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1705 B: 80,5 g T: 43,9 g Tł. nas.: 19,9 g W: 267,5 g w tym cukry: 51,5 g Błonnik: 28,7 g Sól: 6,8 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Żurek z jajkiem 300 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Solferino 300 ml Kasza jęczmienna 150 g Gulasz drobiowy 100 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Pasta z sera białego i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2076 B: 95,4 g T: 57,7 g Tł. nas.: 27,2 g W: 316,4 g w tym cukry: 53,5 g Błonnik: 31,9 g Sól: 8,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Solferino 350 ml Kasza jęczmienna 200 g Gulasz drobiowy 120 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>

PIĄTEK
15.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2125</p> <p>B: 92,6 g T: 52,9 g Tł. nas.: 24,2 g W: 346,1 g w tym cukry: 70,6 g Błonnik: 35,5 g Sól: 3,6 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Sałatka śledziowa 100 g Herbata z cytryną i cukrem 250 g</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, jajo, gorczyca</p>	Owoc	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml Gołąbki z ryżem, pieczarkami i sosem pomidorowym 300 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Twaróg z rzodkiewką 100 g Papryka czerwona 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 g</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1929</p> <p>B: 74,2 g T: 61,2 g Tł. nas.: 29,1 g W: 287,4 g w tym cukry: 63,2 g Błonnik: 27,3 g Sól: 4,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	Owoc	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 250 g Jajko w sosie koperkowym 1 szt. Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2085</p> <p>B: 78,5 g T: 74,1 g Tł. nas.: 36,5 g W: 309,2 g w tym cukry: 42,1 g Błonnik: 43,8 g Sól: 5,3 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	Owoc	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 250 g Jajko w sosie koperkowym 1 szt. Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</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>Chleb razowy graham Masło 15 g Pomidor 100 g</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1828</p> <p>B: 96,7 g T: 45 g Tł. nas.: 23,8 g W: 275,2 g w tym cukry: 62 g Błonnik: 26,9 g Sól: 5,5 g</p>	<p>Bułka 120 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	Owoc	<p>Zupa ziemniaczana bez śmietany 350 ml Ziemniaki 250 g Ryba gotowana 120 g Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryby</p>	<p>Bułka 120 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1915</p> <p>E: 1832 kcal B: 88,8 g T: 61,2 g Tł. nas.: 25,8 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p>	Owoc	<p>Zupa ziemniaczana bez mąki 350 ml Ziemniaki 250 g Ryba gotowana 120 g Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

W: 245,1 g w tym cukry: 60,8 g Błonnik: 22,8 g Sól: 4,8 g	Alergeny: mleko i laktoza, soja		Obróbka termiczna: gotowanie	Alergeny: mleko i laktoza	
DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1127 B: 43,2 g T: 41,3 g Tł. nas.: 19,1 g W: 156,7 g w tym cukry: 51,8 g Błonnik: 15,2 g Sól: 2,9 g	Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Owoc	Zupa ziemniaczana 200 ml Ziemniaki 100 g Jajko w sosie koperkowym 1 szt. Marchewka z jabłkiem 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Bułka 50 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza
DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1577 B: 60,9 g T: 46,1 g Tł. nas.: 21,1 g W: 245,2 g w tym cukry: 61 g Błonnik: 24,4 g Sól: 3,8 g	Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Owoc	Zupa ziemniaczana 300 ml Ziemniaki 200 g Jajko w sosie koperkowym 1 szt. Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza
DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1929 B: 74,2 g T: 61,2 g Tł. nas.: 29,1 g W: 287,4 g w tym cukry: 63,2 g Błonnik: 27,3 g Sól: 4,4 g	Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Owoc	Zupa ziemniaczana 350 ml Ziemniaki 250 g Jajko w sosie koperkowym 1 szt. Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza

SOBOTA
16.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2316 B: 100,5 g T: 86,6 g Tł. nas.: 32,4 g W: 311,4 g w tym cukry: 85,8 g Błonnik: 38,4 g Sól: 3,9 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 g Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Sok warzywny	Zupa kalafiorowa z makaronem 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Papryka 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 g Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Mus owocowy
DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2234 B: 103,1 g T: 84,3 g Tł. nas.: 32,7 g W: 291 g w tym cukry: 77,7 g Błonnik: 34,8 g Sól: 4,1 g	Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Sok warzywny	Zupa kalafiorowa z makaronem 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Mus owocowy
DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2059 B: 109,5 g T: 87,5 g Tł. nas.: 34,2 g W: 243,3 g w tym cukry: 38,9 g Błonnik: 41,6 g Sól: 5,5 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Sok warzywny	Zupa kalafiorowa z makaronem razowym 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Jogurt naturalny Alergeny: mleko i laktoza
DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2166 B: 113,8 g T: 73,8 g Tł. nas.: 31,2 g W: 286,1 g w tym cukry: 79,9 g Błonnik: 34,5 g Sól: 3,9 g	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny	Zupa kalafiorowa z makaronem bez śmietany 350 ml Schab gotowany 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Mus owocowy

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2008 B: 92,3 g T: 89,6 g Tł. nas.: 31,5 g W: 229,3 g w tym cukry: 54,6 g Błonnik: 29,9 g Sól: 5,0 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko na miękko ½ szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa kalafiorowa bez mąki z ziemniakami 350 ml Schab gotowany 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 1 - 3 LAT KCAL: 1236 B: 51,8 g T: 46,9 g Tł. nas.: 19,5 g W: 166,2 g w tym cukry: 67,3 g Błonnik: 19,1 g Sól: 2,3 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa kalafiorowa z makaronem 200 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 60 g Ziemniaki 100 g Sałatka z selera 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Pasta mięsno-jarzynowa 50 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4 - 9 LAT KCAL: 1731 B: 82,8 g T: 64 g Tł. nas.: 24 g W: 228,6 g w tym cukry: 74,5 g Błonnik: 28 g Sól: 3,7 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa kalafiorowa z makaronem 300 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 100 g Ziemniaki 200 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 80 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 - 18 LAT KCAL: 2234 B: 103,1 g T: 84,3 g Tł. nas.: 32,7 g W: 291 g w tym cukry: 77,7 g Błonnik: 34,8 g Sól: 4,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa kalafiorowa z makaronem 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>

NIEDZIELA
17.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK NOCNY
DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2033 B: 102,7 g T: 73,8 g Tł. nas.: 30,8 g W: 258,2 g w tym cukry: 59,4 g Błonnik: 27,3 g Sól: 7,2 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	Rosół z makaronem 350 ml Udka pieczone 200 g Ziemniaki 250 g Czwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Serki topione 35 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1989 B: 118,6 g T: 64,1 g Tł. nas.: 27,8 g W: 252 g w tym cukry: 62,7g Błonnik: 25,3 g Sól: 6,7 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	Chudy rosół z makaronem 350 ml Udka gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Czwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1870 B: 117,3 g T: 65,8 g Tł. nas.: 28,4 g W: 228,8 g w tym cukry: 45,4 g Błonnik: 33,7 g Sól: 6,6 g	Chleb razowy graham 100 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Jogurt naturalny Alergeny: mleko i laktoza	Chudy rosół z brązowym ryżem 350 ml Udka gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Czwikła 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1989 B: 118,6 g T: 64,1 g Tł. nas.: 27,8 g W: 252 g w tym cukry: 62,7 g Błonnik: 25,3 g Sól: 6,7 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza	Chudy rosół 350 ml Udka gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Czwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2013	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g	Jogurt naturalny	Zupa neapolitańska z ryżem bez mąki 350 ml Udka gotowane 200 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g	Sok warzywny

<p>B: 106,2 g T: 79 g Tł. nas.: 30,4 g W: 299,4 g w tym cukry: 61,9 g Błonnik: 18,9 g Sól: 6,1 g</p>	<p>Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	
<p>DIETA DLA DZIECI 1 – 3 LAT KCAL: 1090</p> <p>B: 62,6 g T: 37,5 g Tł. nas.: 17,4 g W: 136,8 g w tym cukry: 51 g Błonnik: 14,5 g Sól: 4,5 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Wędlina 30 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 200 ml Udko gotowane 100 g Ziemniaki 100 g Ćwikła 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Twaróg z natką 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4 – 9 LAT KCAL: 1695</p> <p>B: 103 g T: 51,4 g Tł. nas.: 20,8 g W: 221,6 g w tym cukry: 61,5g Błonnik: 23,5 g Sól: 5,8 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Chudy rosół 300 ml Udko gotowane 150 g Ziemniaki 200 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 1989</p> <p>B: 118,6 g T: 64,1 g Tł. nas.: 27,8 g W: 252 g w tym cukry: 62,7g Błonnik: 25,3 g Sól: 6,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Chudy rosół 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>