

JADŁOSPIS

12 – 18.02.2024 r.



PONIEDZIAŁEK 12.02.2024		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
	DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2281 B: 100,9 g T: 87,4 g Tł. nas.: 37,2 g W: 281,2 g w tym cukry: 66,2 g Błonnik: 18,1 g Sól: 3,8 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Jajko na miękko Papryka czerwona 60 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Jogurt owocowy	Zupa na rosole z kaszą manną 400 ml Makaron z sosem bolońskim 350 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	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, laktoza	Mus owocowy
	DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2060 B: 108 g T: 61,2 g Tł. nas.: 29,6 g W: 275,2 g w tym cukry: 64 g Błonnik: 14,9 g Sól: 3,9 g	Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Jogurt owocowy	Zupa na rosole z kaszą manną 400 ml Makaron z sosem bolońskim 350 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Mus owocowy
	DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2358 B: 131,8 g T: 84,6 g Tł. nas.: 41,9 g W: 284 g w tym cukry: 52,2 g Błonnik: 32,9 g Sól: 5,2 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko na miękko Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Jogurt naturalny	Zupa na rosole z kaszą manną 400 ml Makaron z sosem bolońskim 350 g Herbata z cytryną bez cukru 250ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Chleb graham Masło 15 g Twaróg 70 g

<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1890 B: 112,6 g T: 42,9 g Tł. nas.: 22,8 g W: 268,5 g w tym cukry: 61,2 g Błonnik: 14,8 g Sól: 5,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa na rosole z kaszą manną 400 ml Makaron z sosem bolońskim bez śmietany 350 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1954 B: 90 g T: 76,9 g Tł. nas.: 29,0 g W: 231,6 g w tym cukry: 47,3 g Błonnik: 10,2 g Sól: 3,4 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko na miękko Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt naturalny</p>	<p>Zupa na rosole z ziemniakami 400 ml Ryż z sosem bolońskim bez mąki 350 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1159 B: 58,2 g T: 38,0 g Tł. nas.: 18,0 g W: 150,7 g w tym cukry: 47,4 g Błonnik: 9,1 g Sól: 2,1 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Jajko na miękko Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa na rosole z kaszą manną 200 ml Makaron z sosem bolońskim 180 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Pasta z kurczaka 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1655 B: 91,2 g T: 48,9 g Tł. nas.: 20,5 g W: 218,3 g w tym cukry: 50,3 g Błonnik: 12,6 g Sól: 3,1 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Jajko na miękko Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa na rosole z kaszą manną 350 ml Makaron z sosem bolońskim 300 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Pasta z kurczaka 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1933 B: 99,6 g T: 57,4 g Tł. nas.: 27,0 g W: 260,6 g w tym cukry: 51,4 g Błonnik: 14,3 g Sól: 3,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa na rosole z kaszą manną 400 ml Makaron z sosem bolońskim 350 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z kurczaka 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>

WTOREK
13.02.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2144 B: 95,0 g T: 75,5 g Tł. nas.: 28,3 g W: 284,4 g w tym cukry: 78,5 g Błonnik: 26,5 g Sól: 6,0 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny	Zupa koperkowa z lanym ciastem 400 ml Schab zawijany z wędliną i serem żółtym 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza, jaja	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt owocowy
DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1934 B: 88,7 g T: 59,9 g Tł. nas.: 23,9 g W: 279,6 g w tym cukry: 86,6 g Błonnik: 27,5 g Sól: 6,4 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny	Zupa koperkowa z lanym ciastem 400 ml Ziemniaki 300 g Filet w jarzynach 160 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza, jaja	Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt owocowy
DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1838 B: 92,5 g T: 63,4 g Tł. nas.: 27,9 g W: 253,1 g w tym cukry: 58,4 g Błonnik: 42,9 g Sól: 7,9 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny	Zupa koperkowa z lanym ciastem 400 ml Ziemniaki 300 g Filet w jarzynach 160 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza, jaja	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt naturalny
DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2117 B: 96,3 g T: 56 g Tł. nas.: 24,8 g W: 328,5 g w tym cukry: 117,5g Błonnik: 29,7 g Sól: 6 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny	Zupa koperkowa bez śmietany z ryżem 400 ml Ziemniaki 300 g Filet w jarzynach 160 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt owocowy

				Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, laktoza		
DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1889 B: 94,2 g T: 71,2 g Tł. nas.: 26,6 g W: 234,2 g w tym cukry: 63,7 g Błonnik: 22,2 g Sól: 6,5 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: laktoza	Sok warzywny	Zupa koperkowa bez mąki z ryżem 400 ml Ziemniaki 300 g Filet w jarzynach 160 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: laktoza	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: laktoza	Jogurt naturalny	
DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1129 B: 46,1 g T: 38,5 g Tł. nas.: 16 g W: 162,3 g w tym cukry: 73,7 g Błonnik: 15,8 g Sól: 3,8 g	Bułka 50 g Masło 10 g Wędlina 30 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny	Zupa koperkowa z lanym ciastem 200 ml Ziemniaki 100 g Filet w jarzynach 80 g Ćwikła 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza, jaja	Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt owocowy	
DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1552 B: 71,8 g T: 44,2 g Tł. nas.: 17,4 g W: 234,4 g w tym cukry: 82,3 g Błonnik: 24,2 g Sól: 5,3 g	Bułka 80 g Masło 10 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350 ml Ziemniaki 250 g Filet w jarzynach 140 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza, jaja	Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt owocowy	
DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1934 B: 88,7 g T: 59,9 g Tł. nas.: 23,9 g W: 279,6 g w tym cukry: 86,6 g Błonnik: 27,5 g Sól: 6,4 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny	Zupa koperkowa z lanym ciastem 400 ml Ziemniaki 300 g Filet w jarzynach 160 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza, jaja	Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt owocowy	

ŚRODA
14.02.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2477 B: 99,4 g T: 64,6 g Tł. nas.: 26,4 g W: 385,2 g w tym cukry: 115,9g Błonnik: 36,5 g Sól: 4,5 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	Owoc	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml Pierogi leniwe 350 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</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, laktoza</p>	Sok warzywny
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2465 B: 100,6 g T: 67,3 g Tł. nas.: 27,3 g W: 374,1 g w tym cukry: 115,7g Błonnik: 34,1 g Sól: 4,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	Owoc	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml Pierogi leniwe 350 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</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, laktoza</p>	Sok warzywny
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2299 B: 109,3 g T: 71,5 g Tł. nas.: 39,7 g W: 333,9 g w tym cukry: 63,8 g Błonnik: 48,9 g Sól: 5,4 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z jaj 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jaja</p>	Owoc	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml Pierogi leniwe 350 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z twarogu 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	Chleb razowy graham Masło 15 g Pomidor 100 g
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2145 B: 108 g T: 46,3 g Tł. nas.: 23,2 g W: 343,6 g w tym cukry: 98,4 g Błonnik: 31,2 g Sól: 5,6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	Owoc	<p>Barszcz czerwony bez śmietany z ziemniakami 400 ml Pierogi leniwe 350 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</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, laktoza</p>	Sok warzywny

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2116 B: 66,3 g T: 69,6 g Tł. nas.: 29,1 g W: 320,1 g w tym cukry: 75,1 g Błonnik: 24,2 g Sól: 4,9 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami bezglutenowymi 400 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza, mleko</p>	<p>Owoc</p>	<p>Barszcz czerwony bez mąki z ziemniakami 400 ml Kluski śląskie z mąki ziemniaczanej z jabłkiem 350 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: laktoza, jajo</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: laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1199 B: 46,5 g T: 30,1 g Tł. nas.: 16,5 g W: 197,7 g w tym cukry: 89,4 g Błonnik: 16,6 g Sól: 2,3 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 ml Dżem 25 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Owoc</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml Pierogi leniwe 180 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</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, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1794 B: 76,5 g T: 37,8 g Tł. nas.: 18,2 g W: 295,1 g w tym cukry: 103,2g Błonnik: 25,9 g Sól: 3,6 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml Dżem 25 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</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 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</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, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2465 B: 100,6 g T: 67,3 g Tł. nas.: 27,3 g W: 374,1 g w tym cukry: 115,7g Błonnik: 34,1 g Sól: 4,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml Dżem 25 g Herbata z cukrem 250ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Owoc</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml Pierogi leniwe 350 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z twarogu 100 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>

CZWARTEK
15.02.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2449 B: 97,4 g T: 95,9 g Tł. nas.: 37,4 g W: 322,7 g w tym cukry: 48,3 g Błonnik: 32,6 g Sól: 8,7 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem i kiełbasą 400 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400 ml Kasza jęczmienna 100 g Gulasz wieprzowy 120 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2075 B: 98,9 g T: 53,5 g Tł. nas.: 24,9 g W: 321,7 g w tym cukry: 51,7 g Błonnik: 31,9 g Sól: 7,6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 400 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400 ml Kasza jęczmienna 100 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, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1997 B: 102,6 g T: 55,6 g Tł. nas.: 28,2 g W: 301,3 g w tym cukry: 48,0 g Błonnik: 42,7 g Sól: 7,9 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 400 ml Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt naturalny</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400 ml Kasza jęczmienna 100 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, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1858 B: 101,7 g T: 40,7 g Tł. nas.: 20,2 g W: 292,3 g w tym cukry: 52 g Błonnik: 30,7 g Sól: 7,5 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, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa ziemniaczana bez śmietany 400 ml Kasza jęczmienna 100 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, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1905 B: 84,8 g T: 64,4 g Tł. nas.: 25,4 g W: 261,8 g w tym cukry: 52,9 g Błonnik: 22,2 g Sól: 5,9 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: laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa ziemniaczana bez mąki 400 ml Filet drobiowy 120 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1172 B: 52,7 g T: 33,8 g Tł. nas.: 16,2 g W: 177,4 g w tym cukry: 42,4 g Błonnik: 18,5 g Sól: 4,8 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, laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa ziemniaczana 200 ml Kasza jęczmienna 50 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, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1710 B: 83,4 g T: 43,7 g Tł. nas.: 19,1 g W: 266,1 g w tym cukry: 50,3 g Błonnik: 28 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Żurek z jajkiem 350 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml Kasza jęczmienna 80 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, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2075 B: 98,9 g T: 53,5 g Tł. nas.: 24,9 g W: 321,7 g w tym cukry: 51,7 g Błonnik: 31,9 g Sól: 7,6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 400 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400 ml Kasza jęczmienna 100 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, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>

PIĄTEK
16.02.2024

		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
	<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2170 kcal B: 88,8 g T: 80,4 g Tł. nas.: 30,4 g W: 293,5 g w tym cukry: 66,9 g Błonnik: 30,3 g Sól: 6,9 g</p>	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Sałatka śledziowa 100 g Herbata z cytryną i cukrem 250 g Alergeny: gluten, laktoza, ryba	Owoc	Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml Ziemniaki 300 g Jajko w sosie koperkowym 75 g Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Twaróg z rzodkiewką 100 g Papryka czerwona 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 g Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt owocowy
	<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1831 B: 72,6 g T: 62,5 g Tł. nas.: 29,5 g W: 260,3 g w tym cukry: 60,9 g Błonnik: 22,9 g Sól: 4,4 g</p>	Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Owoc	Zupa ryżowa 400 ml Ziemniaki 300 g Jajko w sosie koperkowym 75 g Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, 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, laktoza	Jogurt owocowy
	<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1929 B: 71,3 g T: 71,4 g Tł. nas.: 39,4 g W: 276,8 g w tym cukry: 50,7 g Błonnik: 43 g Sól: 5,4 g</p>	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Owoc	Zupa ryżowa 400 ml Ziemniaki 300 g Jajko w sosie koperkowym 75 g Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Chleb razowy graham Masło 15 g Pomidor 100 g
	<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1808 B: 99,8 g T: 41,2 g Tł. nas.: 21,1 g W: 273,7 g w tym cukry: 58,1 g Błonnik: 23,2 g Sól: 5,5 g</p>	Bułka 120 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Owoc	Zupa ryżowa 400 ml Ziemniaki 350 g Ryba gotowana 120 g Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, laktoza, ryba	Bułka 120 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt owocowy

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1816 B: 89,5 g T: 64,0 g Tł. nas.: 27,0 g W: 233,0 g w tym cukry: 58,9 g Błonnik: 18,9 g Sól: 4,8 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 400 ml Ziemniaki 350 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: laktoza, ryba</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>Alergeny: laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1049,6 B: 42,7 g T: 40,3 g Tł. nas.: 18,2 g W: 137,8 g w tym cukry: 44,8 g Błonnik: 11,3 g Sól: 2,8 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 200 ml Ziemniaki 100 g Jajko w sosie koperkowym 50 g Marchewka z jabłkiem 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Bułka 50 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1489 B: 61,3 g T: 46,7 g Tł. nas.: 20,5 g W: 219,1 g w tym cukry: 54,1g Błonnik: 19,2 g Sól: 3,7 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 350 ml Ziemniaki 250 g Jajko w sosie koperkowym 75 g Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1831 B: 72,6 g T: 62,5 g Tł. nas.: 29,5 g W: 260,3 g w tym cukry: 60,9 g Błonnik: 22,9 g Sól: 4,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 400 ml Ziemniaki 300 g Jajko w sosie koperkowym 75 g Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, 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, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>

**SOBOTA
17.02.2024**

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2257 B: 98,8 g T: 81,9 g Tł. nas.: 32,0 g W: 308,6 g w tym cukry: 85,5 g Błonnik: 38,8 g Sól: 4,9 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 g</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>	<p>Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml Karkówka pieczona 120 g Ziemniaki 300 g Sos pieczeniowy 30 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, seler</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Papryka 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 g</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2233 B: 103,1 g T: 84,3 g Tł. nas.: 32,7 g W: 290,6 g w tym cukry: 77,5 g Błonnik: 34,6 g Sól: 4,0 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, laktoza, jajo</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>	<p>Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml Bitka schabowa 120 g Sos koperkowy 30 g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, 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, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1993 B: 112,4 g T: 77,2 g Tł. nas.: 32 g W: 243,6 g w tym cukry: 49,7 g Błonnik: 44,6 g Sól: 6,2 g</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, laktoza, jajo</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>	<p>Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml Bitka schabowa 120 g Sos koperkowy 30 g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, seler</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt naturalny</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2040 B: 119,1 g T: 57,4 g Tł. nas.: 24,8 g W: 285,2 g w tym cukry: 79,6 g Błonnik: 34,2 g Sól: 4,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>	<p>Zupa kalafiorowa z makaronem bez śmietany 400 ml Schab gotowany 120 g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>

				Alergeny: gluten, laktoza, seler		
DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1829 B: 94,2 g T: 78,5 g Tł. nas.: 28,4 g W: 206,2 g w tym cukry: 53,7 g Błonnik: 26,8 g Sól: 5,4 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko na miękko ½ szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: laktoza, jajo	Sok wielowarzywny	Zupa kalafiorowa bez mąki z ziemniakami 400 ml Schab gotowany 120 g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: laktoza, seler	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: laktoza	Mus owocowy	
DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1202 B: 47,6 g T: 45,4 g Tł. nas.: 18,9 g W: 164,5 g w tym cukry: 66,4 g Błonnik: 18,3 g Sól: 2,2 g	Bułka 50 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Sok wielowarzywny	Zupa kalafiorowa z makaronem 200 ml Bitka schabowa 60 g Sos koperkowy 15 g Ziemniaki 100 g Sałatka z selera 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza, seler	Bułka 50 g Masło 10 g Pasta mięsno-jarzynowa 50 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Mus owocowy	
DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1798 B: 79,5 g T: 64,4 g Tł. nas.: 23,4 g W: 248,3 g w tym cukry: 75,7 g Błonnik: 31,1 g Sól: 3,4 g	Bułka 80 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Sok wielowarzywny	Zupa kalafiorowa z makaronem 350 ml Bitka schabowa 100 g Sos koperkowy 25 g Ziemniaki 250 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 80 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Mus owocowy	
DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2233 B: 103,1 g T: 84,3 g Tł. nas.: 32,7 g W: 290,6 g w tym cukry: 77,5 g Błonnik: 34,6 g Sól: 4,0 g	Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Sok wielowarzywny	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml Bitka schabowa 120 g Sos koperkowy 30 g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Mus owocowy	

NIEDZIELA
18.02.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2049 B: 116,4 g T: 65,4 g Tł. nas.: 24,7 g W: 256,3 g w tym cukry: 56,9 g Błonnik: 25,3 g Sól: 7,8 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa grysikowa 400 ml Udko pieczone 230 g Ziemniaki 300 g Czwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 m</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Wędlina 50 g Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1912 B: 112,3 g T: 55,2 g Tł. nas.: 26,8 g W: 257,5 g w tym cukry: 67,8g Błonnik: 23,7 g Sól: 6,9 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, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa grysikowa 400 ml Udko gotowane 230 g Ziemniaki 300 g Czwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1854 B: 113,5 g T: 63,6 g Tł. nas.: 30 g W: 228,7 w tym cukry: 56,1 g Błonnik: 34,7 g Sól: 6,9 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt naturalny</p>	<p>Zupa grysikowa 400 ml Udko gotowane 230 g Ziemniaki 300 g Czwikła 150 g Kompot owocowy bez cukru 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1990 B: 114,8 g T: 62,9 g Tł. nas.: 27,5 g W: 257,5 g w tym cukry: 67,8 g Błonnik: 23,7 g Sól: 6,9 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, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa grysikowa 400 ml Udko gotowane 230 g Ziemniaki 300 g Czwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzywny</p>

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1828 B: 70,9 g T: 72 g Tł. nas.: 27,8 g W: 234,7 g w tym cukry: 67 g Błonnik: 19 g Sól: 5,7 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa neapolitańska z ryżem bez mąki 400 ml Udko gotowane 230 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Sok wielowarzynny</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1083 B: 58,4 g T: 36,2 g Tł. nas.: 17,1 g W: 142,3 g w tym cukry: 56,1g Błonnik: 14,0 g Sól: 4,6 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, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa grysikowa 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, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzynny</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1610 B: 96,1 g T: 45,4 g Tł. nas.: 20,2 g W: 218,8 g w tym cukry: 63,1g Błonnik: 20,6 g Sól: 5,9 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, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa grysikowa 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, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzynny</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1912 B: 112,3 g T: 55,2 g Tł. nas.: 26,8 g W: 257,5 g w tym cukry: 67,8g Błonnik: 23,7 g Sól: 6,9 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, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa grysikowa 400 ml Udko gotowane 230 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, 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, laktoza</p>	<p>Sok wielowarzynny</p>