

# JADŁOSPIS

01.04 – 07.04.2024 r.



		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>01.04.2024</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b> <b>KCAL: 2185</b> B: 111,3 g T: 77,9 g Tł. nas.: 28 g W: 281,5 g w tym cukry: 70,8 g Błonnik: 30,4 g Sól: 7,7 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Chrzan 50 g Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jaja, soja, siarczyny</b>	Serek homogenizowany  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, gorczyca, seler, soja, jaja</b>	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny
	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> <b>KCAL: 1975</b> B: 104,7 g T: 67,6 g Tł. nas.: 30,8 g W: 253,3 g w tym cukry: 59,2 g Błonnik: 24 g Sól: 8,0 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b>	Jogurt naturalny  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Marchewka mini gotowana 150 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, gorczyca, seler, soja, jaja</b>	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny
	<b>DIETA CUKRZYCOWA</b> <b>KCAL: 1825</b> B: 99,1 g T: 65,3 g Tł. nas.: 30,5 g W: 239,3 g w tym cukry: 33,8 g Błonnik: 35,7 g Sól: 7,1 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja</b>	Serek homogenizowany  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Marchewka mini gotowana 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, seler, gorczyca, soja, seler</b>	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny
	<b>DIETA WĄTROBOWA</b> <b>KCAL: 1982</b> B: 101,5 g T: 65,8 g Tł. nas.: 29,2 g W: 263,2 g w tym cukry: 66,6 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml	Serek homogenizowany  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa pomidorowa z ryżem bez śmietany 350 ml Bitka schabowa bez śmietany 120 g Ziemniaki 250 g Marchewka mini gotowana 150 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny

Błonnik: 24,7 g Sól: 7,6 g	Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b>		Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>		
<b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> <b>KCAL: 1800</b> B: 86,9 g T: 79,8 g Tł. nas.: 32 g W: 198,4 g w tym cukry: 55,4 g Błonnik: 16,9 g Sól: 7 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>mleko i laktoza, siarczyny, soja</b>	Jogurt naturalny  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa pomidorowa z ryżem i mąką ziemniaczną 350 ml Bitka schabowa bez mąki 120 g Ziemniaki 250 g Marchewka mini gotowana 150 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>mleko i laktoza, gorczyca, seler, soja</b>	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Alergeny: <b>mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny
<b>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT</b> <b>KCAL: 1134</b> B: 57,6 g T: 41,6 g Tł. nas.: 19,1 g W: 143,8 g w tym cukry: 51,5 g Błonnik: 14,6 g Sól: 4,9 g	Bułka 50 g Masło 10 g Wędlina 30 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b>	Serek homogenizowany  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 200 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 60 g Ziemniaki 100 g Marchewka mini gotowana 100 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</b>	Bułka 50 g Masło 10 g Pasta z sera i wędliny 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny
<b>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT</b> <b>KCAL: 1634</b> B: 86,5 g T: 52,6 g Tł. nas.: 23 g W: 219,5 g w tym cukry: 57,8 g Błonnik: 22 g Sól: 6,6 g	Bułka 80 g Masło 10 g Wędlina 40 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g, herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b>	Serek homogenizowany  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 300 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka mini gotowana 150 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, gorczyca, seler, soja, jaja</b>	Bułka 80 g Masło 10 g Pasta z sera i wędliny 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny
<b>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 - 18 LAT</b> <b>KCAL: 1975</b> B: 104,7 g T: 67,6 g Tł. nas.: 30,8 g W: 253,3 g w tym cukry: 59,2 g Błonnik: 24 g Sól: 8,0 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b>	Serek homogenizowany  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Marchewka mini gotowana 150 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, gorczyca, seler, soja, jaja</b>	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem i cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b> KCAL: 2300</p> <p>B: 105,2 g T: 73,8 g Tł. nas.: 30,6 g W: 320,3 g w tym cukry: 73,9 g Błonnik: 27,8 g Sól: 3,6 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 350 ml Bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty białej 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyny, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Papryka czerwona 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Owoc</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> KCAL: 2234</p> <p>B: 107,1 g T: 71,1 g Tł. nas.: 30,6 g W: 308 g w tym cukry: 73,4 g Błonnik: 26 g Sól: 4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 350 ml Bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Owoc</p>
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b> KCAL: 2287</p> <p>B: 127,2 g T: 86,1 g Tł. nas.: 39 g W: 282,3 g w tym cukry: 37,7 g Błonnik: 39,5 g Sól: 6,1 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem brązowym 350 ml Bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Chleb razowy graham Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b> KCAL: 2103</p> <p>B: 100,2 g T: 59,3 g Tł. nas.: 26,6 g W: 308,2 g w tym cukry: 72,4 g Błonnik: 25,8 g Sól: 4,3 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem bez śmietany 350 ml Bitka drobiowa bez sosu 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Owoc</p>

<p><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> <b>KCAL: 2192</b> B: 93,7 g T: 82,8 g Tł. nas.: 30,7 g W: 281,3 g w tym cukry: 73,7 g Błonnik: 21,6 g Sól: 3,5 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza, orzechy</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem bez mąki 350 ml Bitka drobiowa bez sosu 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Owoc</p>
<p><b>DIETA DLA DZIECI 1 – 3 LAT</b> <b>KCAL: 1250</b> B: 54,3 g T: 40,3 g Tł. nas.: 18,3 g W: 176,7 g w tym cukry: 55,6 g Błonnik: 13,8 g Sól: 2,1 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 200 ml Bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 60 g Ziemniaki 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Pasta mięsno-jarzynowa 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Owoc</p>
<p><b>DIETA DLA DZIECI 4 – 9 LAT</b> <b>KCAL: 1786</b> B: 84,8 g T: 53,7 g Tł. nas.: 22,3 g W: 253,8 g w tym cukry: 65,6 g Błonnik: 21 g Sól: 3,2 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 300 ml Bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Pasta mięsno-jarzynowa 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Owoc</p>
<p><b>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT</b> <b>KCAL: 2234</b> B: 107,1 g T: 71,1 g Tł. nas.: 30,6 g W: 308 g w tym cukry: 73,4 g Błonnik: 26 g Sól: 4</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 350 ml Bitka drobiowa w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Owoc</p>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b> KCAL: 2214</p> <p>B: 99,8 g T: 82,7 g Tł. nas.: 34,7 g W: 290,5 g w tym cukry: 61,3 g Błonnik: 33,9 g Sól: 9,3 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Rzodkiewka 40 g Masło 15 g Sałata 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, jajo</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml Bigos 300 g Ziemniaki 250 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, sezam</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Papryka 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> KCAL: 1936</p> <p>B: 103,7 g T: 55 g Tł. nas.: 28,6 g W: 276,4 g w tym cukry: 67,6 g Błonnik: 29,8 g Sól: 6,5 g</p>	<p>Bułka 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Masło 15 g Sałata 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, jajo</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Zupa krupnik 350 ml Potrawka z drobiu 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Masło 15 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b> KCAL: 1827</p> <p>B: 104,6 g T: 56,6 g Tł. nas.: 29,1 g W: 253,7 g w tym cukry: 49,7 g Błonnik: 38,1 g Sól: 6,4 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Masło 15 g Sałata 20 g Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, jajo</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Zupa krupnik 350 ml Potrawka z drobiu 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Masło 15 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b> KCAL: 1874</p> <p>B: 105,7 g T: 49,9 g Tł. nas.: 24,6 g W: 269,2 g w tym cukry: 65,5 g Błonnik: 28,5 g Sól: 6,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Masło 15 g Sałata 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, jajo</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Zupa krupnik bez śmietany 350 ml Filet drobiowy 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Masło 15 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> KCAL: 1805</p> <p>B: 89,3 g T: 63,8 g Tł. nas.: 25,5 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Masło 15 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Zupa ryżowa z jarzynami 350 ml Filet drobiowy 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Masło 15 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p>	<p>Sok warzywny</p>

W: 233,5 g w tym cukry: 53,4 g Błonnik: 20,9 g Sól: 5,9 g	Alergeny: <b>mleko i laktoza, siarczyn</b>		Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b>  Alergeny: <b>mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b>	Alergeny: <b>mleko i laktoza, soja</b>	
<b>DIETA DLA DZIECI 1 – 3 LAT KCAL: 1013</b> B: 52,3 g T: 31,1 g Tł. nas.: 16,6 g W: 143,3 g w tym cukry: 46,3 g Błonnik: 15,7 g Sól: 4,1 g	Bułka 50 g Pasta z sera białego z natką 50 g Masło 10 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyn</b>	Jogurt owocowy  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa krupnik 200 ml Potrawka z drobiu 60 g Ziemniaki 100 g Jarzynka z wody 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b>	Bułka 50 g Kiełbasa szynkowa 30 g Masło 10 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny
<b>DIETA DLA DZIECI 4 – 9 LAT KCAL: 1510</b> B: 80,4 g T: 39,7 g Tł. nas.: 19,6 g W: 227,1 g w tym cukry: 56,0 g Błonnik: 26,6 g Sól: 5,4 g	Bułka 80 g Pasta z sera białego z natką 80 g Masło 10 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyn</b>	Jogurt owocowy  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa krupnik 300 ml Potrawka z drobiu 100 g Ziemniaki 200 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b>	Bułka 80 g Kiełbasa szynkowa 40 g Masło 10 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny
<b>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 1824</b> B: 97 g T: 50,9 g Tł. nas.: 26,2 g W: 264,5 g w tym cukry: 57,7 g Błonnik: 29,2 g Sól: 6,3 g	Bułka 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Masło 15 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyn</b>	Jogurt owocowy  Alergeny: <b>mleko i laktoza</b>	Zupa krupnik 350 ml Potrawka z drobiu 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b>	Bułka 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Masło 15 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Sok warzywny

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b> KCAL: 2488</p> <p>B: 85,1 g T: 92,7 g Tł. nas.: 39,1 g W: 346,7 g w tym cukry: 111,5 g Błonnik: 29,9 g Sól: 8,4 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350 ml Masło 15 g Dżem 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, orzechy</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml Pieczeń rzymska z sosem pieczeniowym 120 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, seler, gorczyca, sezam, siarczyny</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> KCAL: 2316</p> <p>B: 92,4 g T: 67,7 g Tł. nas.: 31,1 g W: 350,8 g w tym cukry: 112 g Błonnik: 29,3 g Sól: 7,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, orzechy</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa Solferino 350 ml Pulpet w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b> KCAL: 2292</p> <p>B: 121,8 g T: 91,4 g Tł. nas.: 43,6 g W: 298,2 g w tym cukry: 38,1 g Błonnik: 38,2 g Sól: 7,2 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z jajek 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Zupa Solferino 350 ml Pulpet w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja</b></p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg 70 g</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b> KCAL: 2134</p> <p>B: 88,6 g T: 51,5 g Tł. nas.: 25,6 g W: 345,4 g w tym cukry: 113,5 g Błonnik: 29,4 g Sól: 6,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, orzechy</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa Solferino bez śmietany 350 ml Pulpet bez sosu 120 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>

<p><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> <b>KCAL: 2058</b> B: 80,2 g T: 68,8 g Tł. nas.: 27,8 g W: 290 g w tym cukry: 74,5 g Błonnik: 21,9 g Sól: 5 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami bezglutenowymi 350 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza, orzechy</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Zupa Solferino bez mąki 350 ml Pulpet bez mąki bez sosu 120 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></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: <b>mleko i laktoza, siarczyny, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>
<p><b>DIETA DZIECI 1-3 LAT</b> <b>KCAL: 1299</b> B: 46,7 g T: 38,6 g Tł. nas.: 18,5 g W: 201,1 g w tym cukry: 91,5 g Błonnik: 16,1 g Sól: 3,7 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, orzechy</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa Solferino 200 ml Pulpet w sosie koperkowym 60 g Ziemniaki 100 g Ćwikła 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Parówki drobiowe 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>
<p><b>DIETA DZIECI 4-9 LAT</b> <b>KCAL: 1780</b> B: 72,3 g T: 49 g Tł. nas.: 22,1 g W: 275,9 g w tym cukry: 103,6 g Błonnik: 22,5 g Sól: 5,5 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, orzechy</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa Solferino 300 ml Pulpet w sosie koperkowym 100 g Ziemniaki 150 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Parówki drobiowe 75 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>
<p><b>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT</b> <b>KCAL: 2316</b> B: 92,4 g T: 67,7 g Tł. nas.: 31,1 g W: 350,8 g w tym cukry: 112 g Błonnik: 29,3 g Sól: 7,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, orzechy</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa Solferino 350 ml Pulpet w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>



PIĄTEK  
05.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<b>DIETA PODSTAWOWA</b> <b>KCAL: 2313</b> B: 107,6 g T: 73,6 g Tł. nas.: 32,4 g W: 321,7 g w tym cukry: 86 g Błonnik: 30,6 g Sól: 7,2 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo</b>	Owoc	Zupa neapolitańska 350 ml Ryba duszona z sosem białym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z kiszonej kapusty 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, ryba, siarczyny, gorczyca, soja, seler</b>	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Papryka czerwona 60 g Sałata 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jajo, siarczyny</b>	Sok warzywny
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> <b>KCAL: 2075</b> B: 95,3 g T: 62,7 g Tł. nas.: 30,7 g W: 299,7 g w tym cukry: 79,1 g Błonnik: 25,8 g Sól: 5,4 g	Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo</b>	Owoc	Zupa ryżowa 350 ml Ryba gotowana z sosem białym 120 g Ziemniaki 250 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, ryba, siarczyny, gorczyca, soja, seler</b>	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ Sałata 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jajo, siarczyny</b>	Sok warzywny
<b>DIETA CUKRZYCOWA</b> <b>KCAL: 1888</b> B: 96,4 g T: 65,9 g Tł. nas.: 31,4 g W: 255,2 g w tym cukry: 42,2 g Błonnik: 35,7 g Sól: 6,5 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Herbata z cytryną bez cukru 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo</b>	Owoc	Zupa ryżowa z brązowym ryżem 350 ml Ryba gotowana z sosem białym 120 g Ziemniaki 250 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, ryba, siarczyny, gorczyca, soja, seler</b>	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jajo, siarczyny</b>	Sok warzywny
<b>DIETA WĄTROBOWA</b> <b>KCAL: 1908</b> B: 96,8 g T: 50,5 g Tł. nas.: 25,7 g W: 286,1 g w tym cukry: 96,6 g Błonnik: 28,4 g Sól: 5,7 g	Bułka 100 g Masło 15 g Dżem 25 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Owoc	Zupa ryżowa 350 ml Ryba gotowana 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, ryba, siarczyny, gorczyca, soja, seler</b>	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Sałata 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jajo, siarczyny</b>	Sok warzywny

<p><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> <b>KCAL: 1818</b> B: 85,1 g T: 67,5 g Tł. nas.: 26 g W: 231,4 g w tym cukry: 46,5 g Błonnik: 19,3 g Sól: 5,7 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Miód 25 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa bez mąki 350 ml Ryba gotowana 120 g Ziemniaki 250 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza, ryba, siarczyny, gorczyca, soja, seler</b></p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA DZIECI 1-3 LAT</b> <b>KCAL: 1135</b> B: 48,8 g T: 35,5 g Tł. nas.: 17,4 g W: 167,4 g w tym cukry: 62,2 g Błonnik: 15,6 g Sól: 3,1 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Żurek z jajkiem 200 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo</b></p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 200 ml Ryba gotowana z sosem białym 60 g Ziemniaki 100 g Brokuły z wody 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, ryba, siarczyny, gorczyca, soja, seler</b></p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 50 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA DZIECI 4-9 LAT</b> <b>KCAL: 1619</b> B: 75,2 g T: 44,3 g Tł. nas.: 20,6 g W: 245,8 g w tym cukry: 67 g Błonnik: 22,4 g Sól: 4,4 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Żurek z jajkiem 300 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo</b></p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 300 ml Ryba gotowana z sosem białym 100 g Ziemniaki 200 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, ryba, siarczyny, gorczyca, soja, seler</b></p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 80 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT</b> <b>KCAL: 1964</b> B: 88,6 g T: 58,6 g Tł. nas.: 28,3 g W: 287,9 g w tym cukry: 69,3 g Błonnik: 25,2 g Sól: 5,2 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo</b></p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 350 ml Ryba gotowana z sosem białym 120 g Ziemniaki 250 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, ryba, siarczyny, gorczyca, soja, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>

SOBOTA  
06.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<b>DIETA PODSTAWOWA</b> KCAL: 2311 B: 88,9 g T: 88,2 g Tł. nas.: 36,8 g W: 309,2 g w tym cukry: 79,8 g Błonnik: 27,6 g Sól: 6,2 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Paszтет pieczony 100 g Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Kisiel  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca, sezam, siarczyny</b>	Zupa brokułowa z makaronem 350 ml Zraz duszony w sosie pieczeniowym 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, seler, soja, gorczyca, sezam, siarczyny</b>	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Papryka 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b>	Jogurt owocowy  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b>
<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> KCAL: 1955 B: 84,8 g T: 57,6 g Tł. nas.: 26,8 g W: 290 g w tym cukry: 77,8 g Błonnik: 23,7 g Sól: 5,7 g	Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Kisiel  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca, sezam, siarczyny</b>	Zupa brokułowa z makaronem 350 ml Budyń 120 g Sos pietruszkowy 30 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b>	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b>	Jogurt owocowy  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b>
<b>DIETA CUKRZYCOWA</b> KCAL: 2086 B: 88,6 g T: 70,4 g Tł. nas.: 34,2 g W: 305,9 g w tym cukry: 50 g Błonnik: 39,8 g Sól: 6,5 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b>	Kisiel bez cukru  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca, sezam, siarczyny</b>	Zupa brokułowa z makaronem razowym 350 ml Budyń 120 g Sos pietruszkowy 30 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b>	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b>	Chleb razowy graham Masło 15 g Pomidor 1 szt.  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b>
<b>DIETA WĄTROBOWA</b> KCAL: 1974 B: 95,4 g T: 50,7 g Tł. nas.: 24,6 g W: 299,8 g w tym cukry: 83,9 g Błonnik: 26,8 g Sól: 5,4 g	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b>	Kisiel  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca, sezam, siarczyny</b>	Zupa ziemniaczana bez śmietany 350 ml Filet w jarzynach 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b>	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b>	Jogurt owocowy  Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b>

				Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b>		
<p><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> <b>KCAL: 1949</b></p> <p>B: 91,5 g T: 72,9 g Tł. nas.: 27,9 g W: 247,5 g w tym cukry: 74,2 g Błonnik: 25,1 g Sól: 4,7 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca, sezam, siarczyny</b></p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml Filet w jarzynach 120 g Ziemniaki 200 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></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: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	
<p><b>DIETA DLA DZIECI 1 – 3 LAT</b> <b>KCAL: 1167</b></p> <p>B: 47,1 g T: 36,9 g Tł. nas.: 17,2 g W: 170 g w tym cukry: 65 g Błonnik: 11,8 g Sól: 3,4 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Kisiel</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca, sezam, siarczyny</b></p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 200 ml Budyń 60 g Sos pietruszkowy 15 g Ziemniaki 100 g Sałatka z buraków 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Wędlina 30 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	
<p><b>DIETA DLA DZIECI 4 – 9 LAT</b> <b>KCAL: 1655</b></p> <p>B: 71,2 g T: 44,7 g Tł. nas.: 19,7 g W: 255,9 g w tym cukry: 76,1 g Błonnik: 20,9 g Sól: 4,6 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Kisiel</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca, sezam, siarczyny</b></p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 300 ml Budyń 100 g Sos pietruszkowy 20 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Wędlina 30 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	
<p><b>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT</b> <b>KCAL: 1955</b></p> <p>B: 84,8 g T: 57,6 g Tł. nas.: 26,8 g W: 290 g w tym cukry: 77,8 g Błonnik: 23,7 g Sól: 5,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Kisiel</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca, sezam, siarczyny</b></p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 350 ml Budyń 120 g Sos pietruszkowy 30 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza</b></p>	

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>KCAL: 2173</b>                      B: 98,6 g                      T: 82,7 g                      Tł. nas.: 29,8 g                      W: 265,3 g                      w tym cukry: 57,6 g                      Błonnik: 28,5 g                      Sól: 7,3 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g                      Masło 15 g                      Parówki drobiowe 120 g                      Pomidor ½ szt.                      Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Rosół z makaronem 350 ml                      Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g                      Ziemniaki 250 g                      Surówka z białej kapusty 150 g                      Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g                      Masło 15 g                      Ser żółty 50 g                      Wędlina 50 g                      Sałata 20 g                      Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>  <b>KCAL: 2016</b>                      B: 105,1 g                      T: 82,2 g                      Tł. nas.: 32,4 g                      W: 256,2 g                      w tym cukry: 59,7 g                      Błonnik: 26,7 g                      Sól: 7,7 g</p>	<p>Bułka 100 g                      Masło 15 g                      Parówki drobiowe 120 g                      Pomidor ½ szt.                      Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 350 ml                      Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g                      Ziemniaki 250 g                      Surówka z marchewki i jabłka 150 g                      Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g                      Masło 15 g                      Pasta z sera i wędliny 100 g                      Sałata 20 g                      Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b>  <b>KCAL: 2142</b>                      B: 117,8 g                      T: 97,3 g                      Tł. nas.: 36,5 g                      W: 227,1 g                      w tym cukry: 37,6 g                      Błonnik: 34,4 g                      Sól: 6,8 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g                      Masło 15 g                      Parówki drobiowe 120 g                      Pomidor ½ szt.                      Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza</b></p>	<p>Chudy rosół z ryżem brązowym 350 ml                      Schab gotowany 120 g                      Ziemniaki 250 g                      Surówka z marchewki i jabłka 150 g                      Kompot owocowy bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g                      Masło 15 g                      Pasta z kurczaka 100 g                      Sałata 20 g                      Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b>  <b>KCAL: 1903</b>                      B: 102 g                      T: 60,6 g                      Tł. nas.: 26,7 g                      W: 250,8 g                      w tym cukry: 58,3 g                      Błonnik: 24,1 g                      Sól: 7,3 g</p>	<p>Bułka 100 g                      Masło 15 g                      Wędlina 60 g                      Pomidor ½ szt.                      Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 350 ml                      Schab gotowany 120 g                      Ziemniaki 250 g                      Surówka z marchewki i jabłka 150 g                      Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g                      Masło 15 g                      Pasta z sera i wędliny 100 g                      Sałata 20 g                      Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>

<p><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> <b>KCAL: 1851</b></p> <p>B: 84 g T: 68,7 g Tł. nas.: 28,1 g W: 241 g w tym cukry: 61,5 g Błonnik: 24,4 g Sól: 7 g</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: <b>mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa ziemniaczana bez mąki 350 ml Schab gotowany 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>mleko i laktoza, soja, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA DLA DZIECI 1 – 3 LAT</b> <b>KCAL: 1154</b></p> <p>B: 54,4 g T: 45,6 g Tł. nas.: 19,2 g W: 142 g w tym cukry: 48,7 g Błonnik: 15,3 g Sól: 4,7 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Parówki drobiowe 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 200 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 60 g Ziemniaki 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot owocowy z cukrem 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Pasta z sera i wędliny 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA DLA DZIECI 4 – 9 LAT</b> <b>KCAL: 1703</b></p> <p>B: 84,3 g T: 62,1 g Tł. nas.: 23,7 g W: 216,9 g w tym cukry: 55,6 g Błonnik: 23,1 g Sól: 6,5 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Parówki drobiowe 75 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 300 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Pasta z sera i wędliny 80 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY</b> <b>10 – 18 LAT</b> <b>KCAL: 2016</b></p> <p>B: 105,1 g T: 82,2 g Tł. nas.: 32,4 g W: 256,2 g w tym cukry: 59,7 g Błonnik: 26,7 g Sól: 7,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</b></p>	<p>Sok warzywny</p>