

# JADŁOSPIS

## 22 – 28.01.2024 r.



		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
		<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>KCAL: 2376</b>                      B: 98,2 g                      T: 94,8 g                      Tł. nas.: 33,6 g                      W: 301,3 g                      w tym cukry: 65,6 g                      Błonnik: 28,6 g                      Sól: 7,9 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g                      Masło 15 g                      Pasta z ryby w pomidorach 90 g                      Sałata 20 g                      Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, ryby</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml                      Łazanki z kapustą 300 g                      Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g                      Masło 15 g                      Parówki drobiowe 100 g                      Pomidor ½ szt.                      Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>  <b>KCAL: 1988</b>                      B: 61,7 g                      T: 61,2 g                      Tł. nas.: 27,1 g                      W: 313,9 g                      w tym cukry: 90,3 g                      Błonnik: 21,9 g                      Sól: 5,5 g</p>	<p>Bułka 100 g                      Masło 15 g                      Paszтет drobiowy 50 g                      Sałata 20 g                      Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml                      Ryż z jabłkami 300 g                      Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g                      Masło 15 g                      Parówki drobiowe 100 g                      Pomidor ½ szt.                      Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Owoc</p>	
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b>  <b>KCAL: 1805</b>                      B: 62,3 g                      T: 63 g                      Tł. nas.: 27,6 g                      W: 273 g                      w tym cukry: 56,1 g                      Błonnik: 30,7 g                      Sól: 5,4 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g                      Masło 15 g                      Paszтет drobiowy 50 g                      Sałata 20 g                      Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml                      Ryż z jabłkami bez cukru 300 g                      Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Chleb razowy 100 g                      Masło 15 g                      Parówki drobiowe 100 g                      Pomidor ½ szt.                      Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Owoc</p>	
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b>  <b>KCAL: 1848</b>                      B: 75,1 g                      T: 38,6 g                      Tł. nas.: 20,4 g                      W: 315,9 g</p>	<p>Bułka 100 g                      Masło 15 g                      Wędlina 60 g                      Sałata 20 g                      Herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami bez śmietany 400 ml                      Ryż z jabłkami 300g                      Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p>	<p>Bułka 100 g                      Masło 15 g                      Twaróg 100 g                      Pomidor bez skórki ½ szt.                      Herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Owoc</p>	

**PONIEDZIAŁEK**  
**22.01.2024**

w tym cukry: 91,4 g Błonnik: 21,9 g Sól: 4,5 g	Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>		Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	
<b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> <b>KCAL: 1881</b> B: 68 g T: 57,4 g Tł. nas.: 23,8 g W: 286,6 g w tym cukry: 90,4 g Błonnik: 17,3 g Sól: 4,2 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>laktoza</b>	Jogurt naturalny	Zupa jarzynowa z ziemniakami bez mąki 400 ml Ryż z jabłkami 300 g Herbata z cytryną 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>laktoza</b>	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>laktoza</b>	Owoc
<b>DIETA DZIECI 1-3 LAT</b> <b>KCAL: 1070</b> B: 35 g T: 39,7 g Tł. nas.: 17,8 g W: 152,6 g w tym cukry: 56,5 g Błonnik: 11,5 g Sól: 3,3 g	Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Jogurt owocowy	Zupa jarzynowa z ziemniakami 200 ml Ryż z jabłkami 150 g Herbata z cytryną 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Bułka 50 g Masło 10 g Parówki drobiowe 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Owoc
<b>DIETA DZIECI 4-9 LAT</b> <b>KCAL: 1625</b> B: 52 g T: 48,7 g Tł. nas.: 20,4 g W: 259,5 g w tym cukry: 84,4 g Błonnik: 19 g Sól: 4,6 g	Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 50 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Jogurt owocowy	Zupa na rosole z kaszą manną 350 ml Makaron z sosem bolońskim 250 g Herbata z cytryną z cukrem 250ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Bułka 80 g Masło 10 g Parówki drobiowe 75 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Owoc
<b>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT</b> <b>KCAL: 1988</b> B: 61,7 g T: 61,2 g Tł. nas.: 27,1 g W: 313,9 g w tym cukry: 90,3 g Błonnik: 21,9 g Sól: 5,5 g	Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Jogurt owocowy	Zupa na rosole z kaszą manną 400 ml Makaron z sosem bolońskim 300 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Owoc

WTOREK  
23.01.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b> <b>KCAL: 2494</b> B: 92,2 g T: 83,6 g Tł. nas.: 33,2 g W: 367,8 g w tym cukry: 97,9 g Błonnik: 34,6 g Sól: 4,4 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml Miód 25g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa pieczarkowa z tartym ciastem 400 ml Sznycel 120 g Ziemniaki 300g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, pieczenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> <b>KCAL: 2352</b> B: 100,9 g T: 69,8 g Tł. nas.: 30,6 g W: 354,6 g w tym cukry: 101 g Błonnik: 34,6 g Sól: 4,3 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml Miód 25g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 400 ml Budyń 120g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b> <b>KCAL: 1905</b> B: 101,2 g T: 71,4 g Tł. nas.: 29,9 g W: 248,3 g w tym cukry: 41,6 g Błonnik: 40,9 g Sól: 5,6 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 400 ml Budyń 120g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></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: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p>
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b> <b>KCAL: 2137</b> B: 100,7 g T: 51,8 g Tł. nas.: 24,4 g W: 340,2 g w tym cukry: 100g Błonnik: 34,0 g Sól: 4,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml Miód 25g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem bez śmietany 400 ml Filet drobiowy 120g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>

<p align="center"><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b></p> <p align="center"><b>KCAL: 2102</b></p> <p>B: 93,4 g T: 70,7 g Tł. nas.: 27,1 g W: 293,4 g w tym cukry: 77,6 g Błonnik: 29,2 g Sól: 5,1 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Zupa mleczna z płatkami bezglutenowymi 400 ml Miód 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>laktoza, mleko</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem bez mąki 400 ml Filet drobiowy 120g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>
<p align="center"><b>DIETA DZIECI 1-3 LAT</b></p> <p align="center"><b>KCAL: 1284</b></p> <p>B: 49,3 g T: 36,4 g Tł. nas.: 17,2 g W: 203,8 g w tym cukry: 73,1 g Błonnik: 19,3 g Sól: 2,4 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Zupa mleczna z kaszą manną 200 ml Miód 25g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 200 ml Budyń 60g Ziemniaki 100 g Sałatka z selera 100g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 50 g, Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>
<p align="center"><b>DIETA DZIECI 4-9 LAT</b></p> <p align="center"><b>KCAL: 1796</b></p> <p>B: 74,9 g T: 50,2 g Tł. nas.: 20,6 g W: 282,7 g w tym cukry: 92,5 g Błonnik: 29,3 g Sól: 3,5 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Zupa mleczna z kaszą manną 250 ml Miód 25g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 300 ml Budyń 100g Ziemniaki 200 g Sałatka z selera 150g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>
<p align="center"><b>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT</b></p> <p align="center"><b>KCAL: 2352</b></p> <p>B: 100,9 g T: 69,8 g Tł. nas.: 30,6 g W: 354,6 g w tym cukry: 101 g Błonnik: 34,6 g Sól: 4,3 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml Miód 25g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 400 ml Budyń 120g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g, Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>

ŚRODA  
24.01.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b> <b>KCAL: 2303</b> B: 101,3 g T: 71,7 g Tł. nas.: 32,9 g W: 315,2 g w tym cukry: 56,5 g Błonnik: 195 g Sól: 5,9 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g Papryka 60 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Owoc	<p>Żurek z ziemniakami i kielbasą 400 ml Makaron z serem 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	Owoc
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> <b>KCAL: 2185</b> B: 91 g T: 65,4 g Tł. nas.: 30,5 g W: 308,2 g w tym cukry: 57,5 g Błonnik: 12,8 g Sól: 4,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Owoc	<p>Żurek z ziemniakami 400 ml Makaron z serem 350 g Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	Owoc
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b> <b>KCAL: 2044</b> B: 86,2 g T: 65,2 g Tł. nas.: 30 g W: 288,6 g w tym cukry: 42,9 g Błonnik: 29,6 g Sól: 4,9 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Owoc	<p>Żurek z ziemniakami 400 ml Makaron z serem 350 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	Owoc
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b> <b>KCAL: 1883</b> B: 112,1 g T: 41,9 g Tł. nas.: 24,3 g W: 269,2 g w tym cukry: 67,8 g Błonnik: 12,9 g Sól: 4,8g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Owoc	<p>Zupa ryżowa z jarzynami bez śmietany 400 ml Makaron z serem 350 g Sałatka z marchewki 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g, Pomidor bez skórki ½ szt. Sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Owoc
<p><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> <b>KCAL: 1822</b> B: 69,4 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g</p>	Owoc	<p>Zupa ziemniaczana bez mąki 400 ml Ryż z truskawkami 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt.</p>	Owoc

<p>T: 57,2 g Tł. nas.: 24,6 g W: 267,2 g w tym cukry: 53,2 g Błonnik: 14,5 g Sól: 4,2 g</p>	<p>Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>		<p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>	<p>Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>laktoza, jajo</b></p>	
<p><b>DIETA DZIECI 1-3 LAT</b> <b>KCAL: 1070</b> B: 40,6 g T: 36,3 g Tł. nas.: 17,3 g W: 144,2 g w tym cukry: 35,9 g Błonnik: 5,8 g Sól: 2,5g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Owoc	<p>Żurek z ziemniakami 200 ml Makaron z serem 175 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	Serek homogenizowany
<p><b>DIETA DZIECI 4-9 LAT</b> <b>KCAL: 1767</b> B: 73,4 g T: 53,7 g Tł. nas.: 22,8 g W: 247,6 g w tym cukry: 54,9 g Błonnik: 11,2 g Sól: 4,2g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Owoc	<p>Żurek z ziemniakami 350 ml Makaron z serem 300 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	Serek homogenizowany
<p><b>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT</b> <b>KCAL: 2083</b> B: 85,1 g T: 63,2 g Tł. nas.: 28,6 g W: 293,2 g w tym cukry: 57,4 g Błonnik: 12,6 g Sól: 4,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Owoc	<p>Żurek z ziemniakami 400 ml Makaron z serem 300 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	Serek homogenizowany

CZWARTEK  
25.01.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK NOCNY
<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b> <b>KCAL: 2168</b> B: 100,4 g T: 64,1 g Tł. nas.: 25,1 g W: 317 g w tym cukry: 96,9 g Błonnik: 33,1 g Sól: 5,6 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z ryby w pomidorach 90 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, ryby</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml Gulasz drobiowy w warzywach 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60g Papryka czerwona 60 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> <b>KCAL: 1960</b> B: 103,8 g T: 44,1 g Tł. nas.: 21,9 g W: 305,4 g w tym cukry: 96,7 g Błonnik: 30,2 g Sól: 6,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml Gulasz drobiowy w warzywach 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b> <b>KCAL: 1802</b> B: 111,2 g T: 47,1 g Tł. nas.: 23,4 g W: 261,4 g w tym cukry: 53,3 g Błonnik: 38,1 g Sól: 7,9 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml Gulasz drobiowy w warzywach 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></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: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b> <b>KCAL: 1932</b> B: 103,3 g T: 41,5 g Tł. nas.: 20,5 g W: 304,5 g w tym cukry: 96,0 g Błonnik: 30,2 g Sól: 6,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem bez śmietany 400 ml Gulasz drobiowy w warzywach bez śmietany 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>

				Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>		
<b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> KCAL: 1960 B: 93,3 g T: 59,2 g Tł. nas.: 23,4 g W: 280,4 g w tym cukry: 96,7 g Błonnik: 25,8 g Sól: 6,0 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>laktoza</b>	Mus owocowy	Zupa pomidorowa z ryżem bez mąki 400 ml Gulasz drobiowy w warzywach bez mąki 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną 250 ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>laktoza</b>	Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>laktoza</b>	Sok warzywny	
<b>DIETA DZIECI 1-3 LAT</b> KCAL: 1064 B: 49,9 g T: 26,4 g Tł. nas.: 13,9 g W: 167,7 g w tym cukry: 71 g Błonnik: 16,8 g Sól: 3,4 g	Bułka 50 g Masło 10 g Pasta z sera i wędliny 50 g Sałata 20g Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Mus owocowy	Zupa pomidorowa z makaronem 200 ml Gulasz drobiowy w warzywach 60 g Ziemniaki 100 g Ćwikła 100 g Herbata z cytryną 250ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Bułka 50 g Masło 10 g Wędlina 30 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Sok warzywny	
<b>DIETA DZIECI 4-9 LAT</b> KCAL: 1634 B: 84,8 g T: 34,2 g Tł. nas.: 16,1 g W: 265 g w tym cukry: 95,2 g Błonnik: 27,9 g Sól: 5,1 g	Bułka 80 g Masło 10 g Pasta z sera i wędliny 80 g Sałata 20g Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Mus owocowy	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Gulasz drobiowy w warzywach 100 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną 250ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Bułka 80 g Masło 10 g Wędlina 40 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Sok warzywny	
<b>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT</b> KCAL: 1960 B: 103,8 g T: 44,1 g Tł. nas.: 21,9 g W: 305,4 g w tym cukry: 96,7 g Błonnik: 30,2 g Sól: 6,4 g	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera i wędliny 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Mus owocowy	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml Gulasz drobiowy w warzywach 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną 250ml  Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b>  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml  Alergeny: <b>gluten, laktoza</b>	Sok warzywny	



PIĄTEK  
26.01.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b> <b>KCAL: 2194</b> B: 99,93 g T: 63,44 g Tł. nas.: 28,82 g W: 311,08 g w tym cukry: 44,57 g Błonnik: 13,90 g Sól: 0,47 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z lanym ciastem 400 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	Owoc	<p>Zupa Krupnik 400 ml Ziemniaki 300 g Ryba w sosie 140 g Sałata zielona ze śmietaną 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, pieczenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, ryby, jajo</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Twaróg ze szczypiorkiem Papryka czerwona 60 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Jogurt owocowy
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> <b>KCAL: 2214</b> B: 105,28 g T: 64,28 g Tł. nas.: 30,0 g W: 308,64 g w tym cukry: 47,0 g Błonnik: 13,75 g Sól: 2,69 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z lanym ciastem 400 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	Owoc	<p>Zupa Krupnik 400 ml Ryba gotowana w sosie 140 g Ziemniaki 300 g Sałata zielona ze śmietaną 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, ryby</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Jogurt owocowy
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b> <b>KCAL: 1994</b> B: 88,70 g TŁ: 63,95 g Tł. nas.: 29,08 g W: 281,88 g w tym cukry: 22,05 g Błonnik: 14,93 g Sól: 4,2g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajo na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, jajo</b></p>	Owoc	<p>Zupa Krupnik 400 ml Ryba gotowana w sosie 140 g Ziemniaki 300 g Sałata zielona 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, ryby</b></p>	<p>Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Chleb razowy graham Masło Pomidor
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b> <b>KCAL: 2024</b> B: 99,3 g T: 54,0 g Tł. nas.: 27,7g W: 300,7 g w tym cukry: 85,0 g Błonnik: 24,4 g Sól: 4,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z lanym ciastem 400 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	Owoc	<p>Zupa Krupnik bez śmietany 400 ml Ryba gotowana 140 g Ziemniaki 300g Marchewka z jabłkiem 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, ryby</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Jogurt owocowy

<p><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b>  <b>KCAL: 2041</b>  B: 90,6 g  T: 70,3 g  Tł. nas.: 29,5 g  W: 275,4 g  w tym cukry: 82,7 g  Błonnik: 21,3 g  Sól: 4,0 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g  Masło 15 g  Zupa mleczna z płatkami bezglutenowymi 400 ml  Dżem 25 g  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>laktoza, mleko</b></p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 400 ml  Ryba gotowana 140 g  Ziemniaki 300 g  Marchewka z jabłkiem 150 g  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>laktoza, ryby</b></p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g  Masło 15 g  Twaróg z natką 100g  Pomidor ½ szt.  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p>
<p><b>DIETA DZIECI 1-3 LAT</b>  <b>KCAL: 1141</b>  B: 53,6 g  T: 34,6 g  Tł. nas.: 34,6 g  W: 162,7 g  w tym cukry: 58,6 g  Błonnik: 12,4 g  Sól: 2,6 g</p>	<p>Bułka 50 g  Masło 10 g  Zupa mleczna z lanym ciastem 200 ml  Dżem 25 g  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa Krupnik 200 ml  Ryba gotowana w sosie 70 g  Ziemniaki 100 g  Marchewka z jabłkiem 100 g  Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, ryby</b></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: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p><b>DIETA DZIECI 4-9 LAT</b>  <b>KCAL: 1671</b>  B: 81,8 g  T: 44,4 g  Tł. nas.: 22,2 g  W: 250,2 g  w tym cukry: 79,4 g  Błonnik: 21,2 g  Sól: 3,7 g</p>	<p>Bułka 80 g  Masło 10 g  Zupa mleczna z lanym ciastem 250 ml  Dżem 25 g  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa Krupnik 350 ml  Ryba gotowana w sosie 100 g  Ziemniaki 250 g  Marchewka z jabłkiem 150 g  Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, ryby</b></p>	<p>Bułka 80 g  Masło 10 g  Twaróg z natką 80g  Pomidor ½ szt.  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p><b>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT</b>  <b>KCAL: 2105</b>  B: 101,3 g  T: 58,3 g  Tł. nas.: 30,2 g  W: 309,4 g  w tym cukry: 86,5 g  Błonnik: 24,6 g  Sól: 4,4 g</p>	<p>Bułka 100 g  Masło 15 g  Zupa mleczna z lanym ciastem 400 ml  Dżem 25 g  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, mleko</b></p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa Krupnik 400 ml  Ryba gotowana w sosie 140 g  Ziemniaki 300 g  Marchewka z jabłkiem 150 g  Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza, ryby</b></p>	<p>Bułka 100 g  Masło 15 g  Twaróg z natką 100g  Pomidor 100 g  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p>

**SOBOTA**  
**27.01.2024**

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK NOCNY
<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b> <b>KCAL: 2337</b> B: 99,9 g T: 75,1 g Tł. nas.: 36,4 g W: 332,3 g w tym cukry: 81,4 g Błonnik: 23,5 g Sól: 8,6 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Paszтет pieczony 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami 400 ml Risotto z mięsem i sosem pomidorowym 300 g Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Serek homogenizowany</p>
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b> <b>KCAL: 2010</b> B: 89,8 g T: 51,5 g Tł. nas.: 24,9 g W: 312,0 g w tym cukry: 81,4 g Błonnik: 21,4 g Sól: 5,6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml Risotto z mięsem i sosem pomidorowym 300 g Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Serek homogenizowany</p>
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b> <b>KCAL: 1829</b> B: 92,9 g T: 51,8 g Tł. nas.: 24,0 g W: 274,3 g w tym cukry: 32 g Błonnik: 32,1 g Sól: 7,4 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml Risotto z mięsem i sosem pomidorowym 300 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p>
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b> <b>KCAL: 2001</b> B: 105,6 g T: 42,1 g Tł. nas.: 22,3 g W: 314,7 g w tym cukry: 83,3 g Błonnik: 21,4 g Sól: 5,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g, Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami bez śmietany 400 ml Risotto z mięsem i sosem pomidorowym bez śmietany 300 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Serek homogenizowany</p>
<p><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b> <b>KCAL: 1920</b> B: 94,6 g T: 57,2 g Tł. nas.: 23,3 g W: 269,3 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g, Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami bez mąki 400 ml Risotto z mięsem i sosem pomidorowym bez mąki 300 g Herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Jogurt naturalny</p>

<p>w tym cukry: 74,4 g Błonnik: 16,9 g Sól: 4,7 g</p>	<p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>		<p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>	<p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>	
<p><b>DIETA DZIECI 1-3 LAT</b> <b>KCAL: 1129</b> B: 47,7 g T: 35,8 g Tł. nas.: 17,4 g W: 164 g w tym cukry: 66,7 g Błonnik: 11,9 g Sól: 3,4 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 50g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 200 ml Risotto z mięsem i sosem pomidorowym 150 g Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Wędlina 30 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Serek homogenizowany</p>
<p><b>DIETA DZIECI 4-9 LAT</b> <b>KCAL: 1656</b> B: 74,8 g T: 41,9 g Tł. nas.: 19,2 g W: 259,1 g w tym cukry: 80,7 g Błonnik: 18,8 g Sól: 4,6 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 50g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml Risotto z mięsem i sosem pomidorowym 250 g Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Wędlina 40 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Serek homogenizowany</p>
<p><b>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT</b> <b>KCAL: 2010</b> B: 89,8 g T: 51,5 g Tł. nas.: 24,9 g W: 312,0 g w tym cukry: 81,4 g Błonnik: 21,4 g Sól: 5,6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет drobiowy 50g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml Risotto z mięsem i sosem pomidorowym 300 g Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Serek homogenizowany</p>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>KCAL: 2232</b>            B: 112,7 g            T: 76,7 g            Tł. nas.: 30 g            W: 295,9 g            w tym cukry: 85,2g            Błonnik: 32,8 g            Sól: 5,0 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g            Masło 15 g            Galaretka drobiowa 100 g            Sałata 20 g            Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Sok warzywny	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 400 ml            Schab po węgiersku 120 g            Ziemniaki 300 g            Surówka z kapusty pekińskiej i pora 150g            Kompot owocowy 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g            Masło 15 g            Wędlina 60g            Papryka czerwona 60 g            Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Jogurt owocowy
<p><b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>  <b>KCAL: 2212</b>            B: 110,8 g            T: 78,6 g            Tł. nas.: 31,0 g            W: 283,4 g            w tym cukry: 85,9 g            Błonnik: 25,5 g            Sól: 5,3 g</p>	<p>Bułka 100 g            Masło 15 g            Galaretka drobiowa 100 g            Sałata 20 g            Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Sok warzywny	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 400 ml            Bitka schabowa 120g            Ziemniaki 300 g            Ćwikła 150 g            Kompot owocowy 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g            Masło 15 g            Wędlina 60g            Pomidor ½ szt.            Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Jogurt owocowy
<p><b>DIETA CUKRZYCOWA</b>  <b>KCAL: 1998</b>            B: 111,9 g            T: 80,7 g            Tł. nas.: 31,9 g            W: 231,3 g            w tym cukry: 40,3 g            Błonnik: 31,8 g            Sól: 5,0 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g            Masło 15 g            Galaretka drobiowa 100 g            Sałata 20 g            Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Sok warzywny	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 400 ml            Bitka schabowa 120g            Ziemniaki 300 g            Ćwikła 150 g            Kompot owocowy bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Chleb razowy graham 100 g            Masło 15 g            Wędlina 60g            Pomidor ½ szt.            Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Jogurt naturalny
<p><b>DIETA WĄTROBOWA</b>  <b>KCAL: 1935</b>            B: 102,5 g            T: 54,2 g            Tł. nas.: 25,7 g            W: 274,8 g            w tym cukry: 86,9 g            Błonnik: 23,8 g            Sól: 5,2</p>	<p>Bułka 100 g            Masło 15 g            Twaróg 100 g            Sałata 20 g            Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Sok warzywny	<p>Zupa koperkowa z ryżem bez śmietany 400 ml            Schab gotowany 120g            Ziemniaki 300 g            Ćwikła 150 g            Kompot owocowy 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g            Masło 15 g            Wędlina 60g            Pomidor bez skórki ½ szt.            Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	Jogurt owocowy

<p><b>DIETA BEZGLUTENOWA</b>  <b>KCAL: 1832</b>  B: 90,8 g  T: 69 g  Tł. nas.: 27,7 g  W: 222,1 g  w tym cukry: 57,8 g  Błonnik: 16 g  Sól: 4,5 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g  Masło 15 g  Twaróg 100 g  Sałata 20 g  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa koperkowa z ryżem bez mąki 400 ml  Schab gotowany 120g  Ziemniaki 300 g  Ćwikła 150 g  Kompot owocowy 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g  Masło 15 g  Wędlina 60g  Pomidor ½ szt.  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>laktoza</b></p>	<p>Jogurt naturalny</p>
<p><b>DIETA DZIECI 1-3 LAT</b>  <b>KCAL: 1139</b>  B: 53,3 g  T: 35,7 g  Tł. nas.: 17 g  W: 161,9 g  w tym cukry: 67,2 g  Błonnik: 14 g  Sól: 2,9 g</p>	<p>Bułka 50 g  Masło 10 g  Twaróg 50 g  Sałata 20 g  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 200 ml  Bitka schabowa 60g  Ziemniaki 100 g  Ćwikła 100 g  Kompot owocowy 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 50 g  Masło 10 g  Wędlina 30g  Pomidor ½ szt.  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p><b>DIETA DZIECI 4-9 LAT</b>  <b>KCAL: 1673</b>  B: 83,7 g  T: 48,9 g  Tł. nas.: 20,5 g  W: 239,7 g  w tym cukry: 85,7 g  Błonnik: 21,5 g  Sól: 4,1 g</p>	<p>Bułka 80 g  Masło 10 g  Twaróg 80 g  Sałata 20 g  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 350 ml  Bitka schabowa 100g  Ziemniaki 250 g  Ćwikła 150 g  Kompot owocowy 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 80 g  Masło 10 g  Wędlina 40g  Pomidor ½ szt.  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p><b>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT</b>  <b>KCAL: 2084</b>  B: 104,1 g  T: 66,8 g  Tł. nas.: 27,9 g  W: 282,9 g  w tym cukry: 87,7 g  Błonnik: 24 g  Sól: 5,2 g</p>	<p>Bułka 100 g  Masło 15 g  Twaróg 100 g  Sałata 20 g  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa koperkowa z lanym ciastem 400 ml  Bitka schabowa 120g  Ziemniaki 300 g  Ćwikła 150 g  Kompot owocowy 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: <b>gotowanie, duszenie</b></p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Bułka 100 g  Masło 15 g  Wędlina 60g  Pomidor ½ szt.  Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: <b>gluten, laktoza</b></p>	<p>Jogurt owocowy</p>