

JADŁOSPIS

25.03 – 31.03.2024 r.



PONIEDZIAŁEK 25.03.2024		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
	DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2095 B: 97,5 g T: 69,3 g Tł. nas.: 30,7 g W: 293,7 g w tym cukry: 69,2 g Błonnik: 35,4 g Sól: 7,0 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Mus owocowy	Barszcz po ukraińsku 350 ml Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, siarczyny	Chleb pszenno-żytni 100 g Pasta z jajek 100 g Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Sok warzywny
	DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1894 B: 84,8 g T: 62 g Tł. nas.: 27,9 g W: 267,8 g w tym cukry: 67,8 g Błonnik: 29,2 g Sól: 7,0 g	Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Mus owocowy	Barszcz czerwony z ziemniakami w kostkę 350 ml Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Sok warzywny
	DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1810 B: 89,9 g T: 66,5 g Tł. nas.: 29,5 g W: 241,5 g w tym cukry: 48 g Błonnik: 36,7 g Sól: 7,1 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Jogurt naturalny Alergeny: mleko i laktoza	Barszcz czerwony z ziemniakami w kostkę 350 ml Bitka drobiowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo	Sok warzywny
	DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1818 B: 94,6 g T: 47,9 g Tł. nas.: 23,9 g W: 270,4 g w tym cukry: 70 g Błonnik: 29,5 g Sól: 6,6 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Mus owocowy	Barszcz czerwony z ziemniakami w kostkę bez śmietany 350 ml Bitka drobiowa bez śmietany 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1823</p> <p>B: 74,5 g T: 66 g Tł. nas.: 25,8 g W: 249,4 g w tym cukry: 68,7 g Błonnik: 25,4 g Sól: 6,3 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami w kostkę bez mąki 350 ml Bitka drobiowa z sosem koperkowym z mąką ziemniaczaną 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1103</p> <p>B: 47,8 g T: 39,4 g Tł. nas.: 18,1 g W: 151,9 g w tym cukry: 55,6 g Błonnik: 17,9 g Sól: 4,5 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Parówki drobiowe 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami w kostkę 200 ml Bitka drobiowa z sosem koperkowym 60 g Ziemniaki 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1640</p> <p>B: 75,3 g T: 52,9 g Tł. nas.: 22,3 g W: 233,2 g w tym cukry: 65,6 g Błonnik: 26,5 g Sól: 6,5 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami w kostkę 300 ml Bitka drobiowa z sosem koperkowym 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 - 18 LAT KCAL: 1894</p> <p>B: 84,8 g T: 62 g Tł. nas.: 27,9 g W: 267,8 g w tym cukry: 67,8 g Błonnik: 29,2 g Sól: 7,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami w kostkę 350 ml Bitka drobiowa z sosem koperkowym 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>

WTOREK
26.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2495 B: 118,1 g T: 80,1 g Tł. nas.: 29,1 g W: 349 g w tym cukry: 102,3 g Błonnik: 37,5 g Sól: 4,6 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Twaróg z rzodkiewką 100 g Papryka czerwona 60 g Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	Owoc	<p>Kapuśniak z ziemniakami 350 ml Schab zawijany z pieczarkami i żółtym serem w sosie pieczeniowym 120 g Kasza jęczmienna 200 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca, siarczyny, sezam</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z ryby w pomidorach 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, jaja</p>	Sok warzywny
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2349 B: 113,6 g T: 68,5 g Tł. nas.: 33,2 g W: 347,8 g w tym cukry: 107,2 g Błonnik: 35,6 g Sól: 5,2 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	Owoc	<p>Zupa jarzynowa 350 ml Schab zawijany z warzywami 120 g Kasza jęczmienna 200 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	Sok warzywny
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2493 B: 139,6 g T: 86 g Tł. nas.: 43,5 g W: 327,7 g w tym cukry: 51 g Błonnik: 45 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa jarzynowa 350 ml Schab zawijany z warzywami 120 g Kasza jęczmienna 200 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg 70 g</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2298 B: 111,6 g T: 25,4 g Tł. nas.: 32,2 g W: 338,2 g w tym cukry: 105,7 g Błonnik: 34,8 g Sól: 5,2 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	Owoc	<p>Zupa jarzynowa bez śmietany 350 ml Schab zawijany z warzywami bez śmietany 120 g Kasza jęczmienna 200 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	Sok warzywny

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2149 B: 97,8 g T: 80,4 g Tł. nas.: 32,3 g W: 280,6 g w tym cukry: 75,4 g Błonnik: 26,1 g Sól: 5,9 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa jarzynowa bez mąki 350 ml Schab zawijany z warzywami bez mąki 120 g Ryż biały 200 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 1 – 3 LAT KCAL: 1290 B: 55,3 g T: 37,9 g Tł. nas.: 18,6 g W: 199,3 g w tym cukry: 77,2 g Błonnik: 20,5 g Sól: 2,7 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa jarzynowa 200 ml Schab zawijany z warzywami 60 g Kasza jęczmienna 100 g Jarzynka z wody 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Pasta z wędliny i twarogu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4 – 9 LAT KCAL: 1795 B: 87,4 g T: 47,5 g Tł. nas.: 22,4 g W: 279,8 g w tym cukry: 87,2 g Błonnik: 30,6 g Sól: 4,2 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa jarzynowa 300 ml Schab zawijany z warzywami 100 g Kasza jęczmienna 150 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Pasta z wędliny i twarogu 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2246 B: 106,8 g T: 65,5 g Tł. nas.: 31,2 g W: 335,8 g w tym cukry: 97,1 g Błonnik: 35,0 g Sól: 5,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa jarzynowa 350 ml Schab zawijany z warzywami 120 g Kasza jęczmienna 200 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler, soja, gorczyca</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>

ŚRODA
27.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2234 B: 88,6 g T: 80,3 g Tł. nas.: 33 g W: 301,8 g w tym cukry: 56,5 g Błonnik: 25,5 g Sól: 7,3 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Żurek z jakiem 350 ml Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa neapolitańska 350 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 350 g Fasolka szparagowa 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Wędlina 60 g Papryka czerwona 60 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2005 B: 98,8 g T: 54,8 g Tł. nas.: 25,8 g W: 294,3 g w tym cukry: 53,4 g Błonnik: 24,7 g Sól: 7,9 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jakiem 350 ml Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 350 g Brokuł gotowany 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1919 B: 102,3 g T: 55,9 g Tł. nas.: 26 g W: 283 g w tym cukry: 32,1 g Błonnik: 38,6 g Sól: 7,8 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Żurek z jakiem 350 ml Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml Makaron razowy z sosem mięsno-jarzynowym 350 g Brokuł gotowany 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1919 B: 105 g T: 50,8 g Tł. nas.: 25,4 g W: 273 g w tym cukry: 56,5 g Błonnik: 21,8 g Sól: 6,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana bez śmietany 350 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym bez śmietany 350 g Marchewka mini 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1854</p> <p>B: 82,2 g T: 65,9 g Tł. nas.: 26,1 g W: 247,3 g w tym cukry: 49,6 g Błonnik: 18,4 g Sól: 6,3 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana bez mąki 350 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym bez mąki 350 g brokuł gotowany 150 g Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 1 – 3 LAT KCAL: 1190</p> <p>B: 58,1 g T: 35,9 g Tł. nas.: 17,3 g W: 169,6 g w tym cukry: 45,6 g Błonnik: 15,7 g Sól: 5,1 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Żurek z jakiem 200 ml Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana 200 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 200 g Brokuł gotowany 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Wędlina 30 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4 – 9 LAT KCAL: 1648</p> <p>B: 82,6 g T: 43,8 g Tł. nas.: 19,6 g W: 245,4 g w tym cukry: 51,8 g Błonnik: 21,9 g Sól: 6,6 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Żurek z jakiem 300 ml Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana 300 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 300 g Brokuł gotowany 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Wędlina 40 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2005</p> <p>B: 98,8 g T: 54,8 g Tł. nas.: 25,8 g W: 294,3 g w tym cukry: 53,4 g Błonnik: 24,7 g Sól: 7,9 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jakiem 350 ml Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ziemniaczana 350 ml Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 350 g Brokuł gotowany 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Sok warzywny</p>

CZWARTEK
28.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2380 B: 97,1 g T: 102,5 g Tł. nas.: 36,1 g W: 272,7 g w tym cukry: 72,7 g Błonnik: 28,1 g Sól: 5,3 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z sera żółtego 100 g Papryka 60 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja</p>	Owoc	<p>Krem z brokułów z groszkiem ptysiowym 350 ml Pieczeń z karkówki w sosie pieczeniowym 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, sezam, siarczyn</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Rzodkiewka 40 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyn</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1942 B: 104,2 g T: 53,4 g Tł. nas.: 26,3 g W: 276,9 g w tym cukry: 74,4 g Błonnik: 25,5 g Sól: 5,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	Owoc	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml Gulasz drobiowy 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyn</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2085 B: 108,7 g T: 68,4 g Tł. nas.: 34,4 g W: 290,4 g w tym cukry: 45,1 g Błonnik: 42 g Sól: 6,5 g</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, mleko i laktoza</p>	Owoc	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml Gulasz drobiowy 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyn</p>	<p>Chleb razowy graham Masło Paszтет drobiowy</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1949 B: 115,9 g T: 46 g Tł. nas.: 25,7 g W: 285,2 g w tym cukry: 86,6 g Błonnik: 26,2 g Sól: 5,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	Owoc	<p>Zupa ryżowa bez śmietany 350 ml Filet drobiowy w jarzynach 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyn</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1937 B: 90,2 g T: 71,2 g Tł. nas.: 26,1 g W: 252,8 g w tym cukry: 78,7 g Błonnik: 28,3 g Sól: 4,6 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami bez mąki 350 ml Filet drobiowy w jarzynach 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1117 B: 56,3 g T: 34,7 g Tł. nas.: 17 g W: 154 g w tym cukry: 59,2 g Błonnik: 13,1 g Sól: 2,6 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Twaróg z natką 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami 200 ml Gulasz drobiowy 60 g Ziemniaki 100 g Sałatka z buraków 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Kiełbasa szynkowa 30 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1634 B: 86 g T: 43 g Tł. nas.: 20 g W: 240,1 g w tym cukry: 72,1 g Błonnik: 22,3 g Sól: 3,9 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z natką 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml Gulasz drobiowy 100 g Ziemniaki 200 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Kiełbasa szynkowa 40 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1942 B: 104,2 g T: 53,4 g Tł. nas.: 26,3 g W: 276,9 g w tym cukry: 74,4 g Błonnik: 25,5 g Sól: 5,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml Gulasz drobiowy 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

PIĄTEK
29.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2325 B: 101,5 g T: 77,6 g Tł. nas.: 33 g W: 317,5 g w tym cukry: 81,1 g Błonnik: 24,1 g Sól: 5,4 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Dżem 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok pomidorowy</p>	<p>Zupa jarzynowa 350 ml Makaron z serem 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z ryby 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryby, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2167 B: 103,7 g T: 61,7 g Tł. nas.: 32,4 g W: 310,1 g w tym cukry: 84,1 g Błonnik: 21,7 g Sól: 4,9 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Dżem 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Sok pomidorowy</p>	<p>Zupa jarzynowa 350 ml Makaron z serem 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego z koperkiem 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1837 B: 103,4 g T: 60,7 g Tł. nas.: 31,1 g W: 245,8 g w tym cukry: 34,1 g Błonnik: 33 g Sól: 4,9 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajo na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok pomidorowy</p>	<p>Zupa jarzynowa 350 ml Makaron razowy z serem 350 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego z koperkiem 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2154 B: 103,5 g T: 60,5 g Tł. nas.: 31,6 g W: 309,7 g w tym cukry: 83,7 g Błonnik: 21,7 g Sól: 4,9 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Dżem 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok pomidorowy</p>	<p>Zupa jarzynowa bez śmietany 350 ml Makaron z serem 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego z koperkiem 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2094 B: 63,3 g T: 71,3 g Tł. nas.: 31,1 g W: 314,7 g w tym cukry: 80,1 g Błonnik: 21 g Sól: 4,4 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami bezglutenowymi 350 ml Miód 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, orzechy</p>	<p>Sok pomidorowy</p>	<p>Zupa jarzynowa bez mąki 350 ml Ryż z truskawkami 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego z koperkiem 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>

<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1191</p> <p>B: 49,6 g T: 33,9 g Tł. nas.: 18,4 g W: 179,2 g w tym cukry: 66,4 g Błonnik: 13,4 g Sól: 3,3 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 ml Dżem 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok pomidorowy</p>	<p>Zupa jarzynowa 200 ml Makaron z serem 200 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Pasta z sera białego z koperkiem 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1712</p> <p>B: 80,1 g T: 45,5 g Tł. nas.: 23,4 g W: 255,2 g w tym cukry: 77,3 g Błonnik: 18,3 g Sól: 4,3 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml Dżem 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok pomidorowy</p>	<p>Zupa jarzynowa 300 ml Makaron z serem 300 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Pasta z sera białego z koperkiem 80 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2167</p> <p>B: 103,7 g T: 61,7 g Tł. nas.: 32,4 g W: 310,1 g w tym cukry: 84,1 g Błonnik: 21,7 g Sól: 4,9 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml Dżem 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok pomidorowy</p>	<p>Zupa jarzynowa 350 ml Makaron z serem 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z sera białego z koperkiem 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>

**SOBOTA
30.03.2024**

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2376 B: 67,6 g T: 60,2 g Tł. nas.: 27,0 g W: 395,7 g w tym cukry: 109,1 g Błonnik: 26,3 g Sól: 3,7 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Ser żółty 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa Solferino 350 ml Ryż z jabłkami i śmietaną 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml Miód 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2290 B: 72,5 g T: 55,4 g Tł. nas.: 30,3 g W: 392,2 g w tym cukry: 115,9 g Błonnik: 24 g Sól: 4,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Ser twarogowy z pomidorem 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa Solferino 350 ml Ryż z jabłkami i śmietaną 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml Miód 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1816 B: 84,1 g T: 56 g Tł. nas.: 30 g W: 274,9 g w tym cukry: 41,9 g Błonnik: 37,1 g Sól: 6,5 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Ser twarogowy z pomidorem 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa Solferino 350 ml Risotto z warzywami 350 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Serek kanapkowy 130 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2223 B: 70,7 g T: 49,7 g Tł. nas.: 26,7 g W: 389,7 g w tym cukry: 113,4 g Błonnik: 24 g Sól: 4,0 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Ser twarogowy z pomidorem bez skórki 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa Solferino bez śmietany 350 ml Ryż z jabłkami bez śmietany 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml Miód 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2216 B: 66,9 g T: 73,8 g Tł. nas.: 32,8 g W: 335,7 g w tym cukry: 92,5 g Błonnik: 20 g Sól: 5,0 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Ser twarogowy z pomidorem 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa Solferino bez mąki 350 ml Ryż z jabłkami i śmietaną 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami bezglutenowymi 350 ml Miód 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	<p>Sok warzywny</p>

<p>DIETA DLA DZIECI 1 – 3 LAT KCAL: 1179</p> <p>B: 32,8 g T: 28,7 g Tł. nas.: 16,2 g W: 207,3 g w tym cukry: 76,3 g Błonnik: 12,9 g Sól: 2,2 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Ser twarogowy z pomidorem 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa Solferino 200 ml Ryż z jabłkami i śmietaną 200 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Zupa mleczna z kaszą manną 200 ml Miód 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4 – 9 LAT KCAL: 1792</p> <p>B: 58,3 g T: 39,5 g Tł. nas.: 21,6 g W: 314,4 g w tym cukry: 100,4 g Błonnik: 18,2 g Sól: 3,5 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Ser twarogowy z pomidorem 80 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa Solferino 300 ml Ryż z jabłkami i śmietaną 300 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml Miód 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2290</p> <p>B: 72,5 g T: 55,4 g Tł. nas.: 30,3 g W: 392,2 g w tym cukry: 115,9 g Błonnik: 24 g Sól: 4,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Ser twarogowy z pomidorem 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa Solferino 350 ml Ryż z jabłkami i śmietaną 350 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml Miód 1 szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>

NIEDZIELA
31.03.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIEŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2423 B: 120,6 g T: 82,3 g Tł. nas.: 30,6 g W: 322,2 g w tym cukry: 87,9 g Błonnik: 34 g Sól: 7,7 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jaja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Rosół z makaronem 350 ml Udko pieczone 200 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml Mandarynki 3 szt.</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, sezam</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2299 B: 120,8 g T: 73,6 g Tł. nas.: 30 g W: 308,7 g w tym cukry: 86,5 g Błonnik: 31,2 g Sól: 7,3 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jaja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml Mandarynki 3 szt.</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, sezam</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2478 B: 139,3 g T: 88,3 g Tł. nas.: 38,7 g W: 316,6 g w tym cukry: 54,3 g Błonnik: 44,1 g Sól: 8,3 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Wędlina 40 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jaja</p>	<p>Jogurt naturalny</p>	<p>Chudy rosół z brązowym ryżem 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml Mandarynki 3 szt.</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, sezam</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jajo</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg 70 g</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2084 B: 116,6 g T: 61 g Tł. nas.: 25,2 g W: 286,5 g w tym cukry: 87,4 g Błonnik: 30,2 g Sól: 6,6 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jaja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml Mandarynki 3 szt.</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, sezam</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa bez jaja i śmietany 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2194</p> <p>B: 108,7 g T: 85 g Tł. nas.: 30,2 g W: 264,1 g w tym cukry: 85,3 g Błonnik: 23,9 g Sól: 5,4 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajo 1 szt. Wędlina 40 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, jaja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z ryżem 350 ml Udko gotowane bez przypraw 200 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml Mandarynki 3 szt.</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza soja, gorczyca, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, jajo</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 1 – 3 LAT KCAL: 1268</p> <p>B: 56 g T: 43,5 g Tł. nas.: 18,9 g W: 174,5 g w tym cukry: 68,3 g Błonnik: 16,9 g Sól: 3,2 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Żurek z jajkiem 200 ml Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jaja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 200 ml Udko gotowane 100 g Ziemniaki 100 g Ćwikła 100 g Kompot owocowy 250 ml Mandarynki 3 szt.</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, sezam</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 50 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI 4 – 9 LAT KCAL: 1799</p> <p>B: 91,3 g T: 52,6 g Tł. nas.: 21,5 g W: 256,5 g w tym cukry: 79,3 g Błonnik: 25,9 g Sól: 5,9 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Żurek z jajkiem 300 ml Wędlina 30 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jaja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 300 ml Udko gotowane 150 g Ziemniaki 200 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml Mandarynki 3 szt.</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, sezam</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 80 g Wędlina 30 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA DLA DZIECI MŁODZIEŻY 10 – 18 LAT KCAL: 2299</p> <p>B: 120,8 g T: 73,6 g Tł. nas.: 30 g W: 308,7 g w tym cukry: 86,5 g Błonnik: 31,2 g Sól: 7,3 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Żurek z jajkiem 350 ml Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jaja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml Mandarynki 3 szt.</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny, soja, gorczyca, seler, sezam</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa 100 g Wędlina 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, jajo</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>