

JADŁOSPIS

26.02 – 03.03.2024 r.



PONIEDZIAŁEK 26.02.2024		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
	<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2311 B: 98,3 g T: 102,7 g Tł. nas.: 38,7 g W: 269,4 g w tym cukry: 60,3 g Błonnik: 31,1 g Sól: 7,0 g</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: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Rosół z makaronem 350 ml Karkówka pieczona w sosie pieczeniowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Pasta z jajek 100 g Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
	<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1997 B: 94,9 g T: 74,3 g Tł. nas.: 27 g W: 259,5 g w tym cukry: 65,5 g Błonnik: 32 g Sól: 7,4 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>Chudy rosół z makaronem 350 ml Filet drobiowy w jarzynach 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: 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>
	<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1882 B: 97,4 g T: 77,2 g Tł. nas.: 28,4 g W: 231,1 g w tym cukry: 44,5 g Błonnik: 38,6 g Sól: 7,4 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Chudy rosół z ryżem brązowym 350 ml Filet drobiowy w jarzynach 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>

<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1800</p> <p>B: 94,9 g T: 45,9 g Tł. nas.: 20,3 g W: 272,7 g w tym cukry: 68,9 g Błonnik: 31,6 g Sól: 7,0 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</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa ryżowa bez śmietany 350 ml Filet drobiowy w jarzynach bez śmietany 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: gluten, mleko i laktoza</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>Sok warzywny</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1819</p> <p>B: 73,8 g T: 67,2 g Tł. nas.: 23,8 g W: 248,8 g w tym cukry: 66,6 g Błonnik: 27,2 g Sól: 6,4 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>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa ryżowa bez mąki 350 ml Filet drobiowy w jarzynach bez mąki 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</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 DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1153</p> <p>B: 53,1 g T: 45 g Tł. nas.: 17,5 g W: 148,5 g w tym cukry: 54,9 g Błonnik: 19,6 g Sól: 4,9 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>Chudy rosół z makaronem 200 ml Filet drobiowy w jarzynach 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</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 DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1695</p> <p>B: 85 g T: 60,1 g Tł. nas.: 21 g W: 223,7 g w tym cukry: 63,3 g Błonnik: 28,6 g Sól: 6,8 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>Chudy rosół z makaronem 300 ml Filet drobiowy w jarzynach 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</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 DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1997</p> <p>B: 94,9 g T: 74,3 g Tł. nas.: 27,0 g W: 259,5 g w tym cukry: 65,5 g Błonnik: 32 g Sól: 7,4 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>Chudy rosół z makaronem 350 ml Filet drobiowy w jarzynach 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
27.02.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2322 B: 112,2 g T: 71,1 g Tł. nas.: 27,4 g W: 333,1 g w tym cukry: 112 g Błonnik: 36,3 g Sól: 4,2 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Twaróg z rzodkiewką 100 g Papryka czerwona 60 g Kawa z mlekiem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja	Owoc	Zupa selerowa z grzankami 350 ml Schab zawijany z warzywami 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty białej 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler	Chleb pszenno-żytni 100 g Pasta z ryby w pomidorach 100 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, jaja	Sok warzywny
DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2157 B: 113,2 g T: 59,8 g Tł. nas.: 29,6 g W: 317,4 g w tym cukry: 110,4 g Błonnik: 35,8 g Sól: 5,8 g	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja	Owoc	Zupa selerowa z grzankami 350 ml Schab zawijany z warzywami 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2279 B: 139,2 g T: 77,5 g Tł. nas.: 40 g W: 293 g w tym cukry: 51,2 g Błonnik: 46,2 g Sól: 6,7 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja	Jogurt naturalny	Zupa selerowa z grzankami z chleba razowego 350 ml Schab zawijany z warzywami 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Chleb razowy graham masło twaróg Alergeny: gluten, mleko i laktoza
DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2144 B: 113 g T: 58,6 g Tł. nas.: 28,9 g W: 317,1 g w tym cukry: 110 g Błonnik: 35,8 g Sól: 5,8 g	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Kawa z mlekiem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, gorczyca, seler, jaja	Owoc	Zupa selerowa z grzankami bez śmietany 350 ml Schab zawijany z warzywami bez śmietany 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta z wędliny i twarogu 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1970 B: 97,9 g T: 75,5 g Tł. nas.: 29,6 g W: 248,2 g w tym cukry: 77,4 g Błonnik: 29,6 g Sól: 6,5 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 selerowa bez mąki z grzankami z chleba bezglutenowego 350 ml Schab zawijany z warzywami bez mąki 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, seler</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 DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1156 B: 54,1 g T: 32,8 g Tł. nas.: 16,7 g W: 177,7 g w tym cukry: 80,5 g Błonnik: 20,1 g Sól: 3 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 selerowa z grzankami 200 ml Schab zawijany z warzywami 60 g Ziemniaki 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</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 DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1658 B: 86,8 g T: 43,6 g Tł. nas.: 20,1 g W: 252,3 g w tym cukry: 89 g Błonnik: 29,8 g Sól: 4,6 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 selerowa z grzankami 300 ml Schab zawijany z warzywami 100 g Ziemniaki 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</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 DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2053 B: 106,5 g T: 56,8 g Tł. nas.: 27,6 g W: 305,4 g w tym cukry: 100,4 g Błonnik: 35,1 g Sól: 5,6 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 selerowa z grzankami 350 ml Schab zawijany z warzywami 120 g Ziemniaki 250 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</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
28.02.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2422</p> <p>B: 103 g T: 84,7 g Tł. nas.: 35,3 g W: 329 g w tym cukry: 58,8 g Błonnik: 29,9 g Sól: 8,5 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 ziemniaczana 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</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: 2007</p> <p>B: 101,5 g T: 53,5 g Tł. nas.: 25,1 g W: 295,3 g w tym cukry: 54,2 g Błonnik: 25 g Sól: 8 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</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: 1884</p> <p>B: 101,8 g T: 51,7 g Tł. nas.: 25,1 g W: 284,4 g w tym cukry: 33,4 g Błonnik: 39 g Sól: 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</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: 1868</p> <p>B: 112,1 g T: 41,7 g Tł. nas.: 21,2 g W: 274,3 g w tym cukry: 55,9 g Błonnik: 23,1 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 Brokuł gotowany 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 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: 1857 B: 85 g T: 64,7 g Tł. nas.: 25,4 g W: 248,3 g w tym cukry: 50,3 g Błonnik: 18,7 g Sól: 6,5 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 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</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 DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1193 B: 59,7 g T: 35,3 g Tł. nas.: 16,9 g W: 170,2 g w tym cukry: 46,3 g Błonnik: 16 g Sól: 5,9 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</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 DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1652 B: 85,1 g T: 42,3 g Tł. nas.: 18,7 g W: 247,4 g w tym cukry: 52,6 g Błonnik: 22,5 g Sól: 6,8 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</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 DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2007 B: 101,5 g T: 53,5 g Tł. nas.: 25,1 g W: 295,3 g w tym cukry: 54,2 g Błonnik: 25 g Sól: 8 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</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>

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2456</p> <p>B: 109,3 g T: 90,8 g Tł. nas.: 39,1 g W: 320,4 g w tym cukry: 105,1 g Błonnik: 28,4 g Sól: 5,7 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	Owoc	<p>Krem z brokułów z groszkiem ptysiowym 350 ml Pieczeń z szynki wieprzowej 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</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, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2200</p> <p>B: 114,3 g T: 56,1 g Tł. nas.: 28,7 g W: 326,3 g w tym cukry: 108 g Błonnik: 27,4 g Sól: 6,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</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</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>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2013</p> <p>B: 104,1 g T: 66,7 g Tł. nas.: 31,9 g W: 279,7 g w tym cukry: 36,2 g Błonnik: 40,6 g Sól: 7,8 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z wędliną 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</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, siarczyny</p>	<p>Chleb razowy graham Masło Paszтет drobiowy</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2108</p> <p>B: 113,7 g T: 53,3 g Tł. nas.: 27,2 g W: 307,8 g w tym cukry: 103,2 g Błonnik: 25,4 g Sól: 5,1 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	Owoc	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami bez śmietany 350 ml Filet drobiowy 120 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</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, siarczyny</p>	<p>Serek homogenizowany</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

				Alergeny: gluten, mleko i laktoza	
--	--	--	--	--	--

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1994 B: 84,5 g T: 66,7 g Tł. nas.: 26,8 g W: 277,2 g w tym cukry: 91,1 g Błonnik: 23,6 g Sól: 4,6 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Płatki bezglutenowe na mleku 400 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, orzechy</p>	Owoc	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami bez mąki 350 ml Filet 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: mleko i laktoza</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>	Mus owocowy
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1257 B: 68 g T: 35 g Tł. nas.: 18,8 g W: 176,3 g w tym cukry: 77,6 g Błonnik: 13 g Sól: 3,2 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Płatki kukurydziane na mleku 200 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	Owoc	<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</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: 1792 B: 95,5 g T: 44 g Tł. nas.: 21,6 g W: 267,7 g w tym cukry: 99,6 g Błonnik: 22,5 g Sól: 4,7 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Płatki kukurydziane na mleku 300 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy</p>	Owoc	<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</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: 2200 B: 114,3 g T: 56,1 g Tł. nas.: 28,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Dżem 25 g Herbata z cytryną 250 ml</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>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p>	<p>Serek homogenizowany</p>

	W: 326,3 g w tym cukry: 108 g Błonnik: 27,4 g Sól: 6,1 g	Alergeny: gluten, mleko i laktoza, orzechy		Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyn	Alergeny: mleko i laktoza
--	---	---	--	---	--	----------------------------------

PIĄTEK 01.03.2024		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
	DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2184 B: 103,3 g T: 75,9 g Tł. nas.: 28,9 g W: 281,9 g w tym cukry: 67,7 g Błonnik: 32,9 g Sól: 6,3 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z sera żółtego 100 g Papryka 60 g Kawa z mlekiem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler	Sok pomidorowy	Zupa pieczarkowa z tartym ciastem 350 ml Ryba duszona w przyprawach z sosem koperkowym 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, ryba, seler	Chleb pszenno-żytni 100 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyn	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza
	DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2095 B: 104,5 g T: 66 g Tł. nas.: 30,5 g W: 293 g w tym cukry: 72,5 g Błonnik: 33,4 g Sól: 6,5 g	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler	Sok pomidorowy	Solferino 350 ml Ryba gotowana 120 g Sos koperkowy ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyn	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza
	DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1929 B: 102,7 g T: 62,6 g Tł. nas.: 30,1 g W: 269,1 g w tym cukry: 53,8 g Błonnik: 41,6 g Sól: 6,4 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler	Sok pomidorowy	Solferino 350 ml Ryba gotowana 120 g Sos koperkowy ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyn	Jogurt naturalny Alergeny: mleko i laktoza

	<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1996 B: 109,2 g T: 56,4 g Tł. nas.: 26,7 g W: 284,5 g w tym cukry: 71,6 g Błonnik: 33,2 g Sól: 7,8 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Kawa z mlekiem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, soja, gorczyca, seler</p>	<p>Sok pomidorowy</p>	<p>Solferino bez śmietany 350 ml Ryba gotowana 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki ½ szt. 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>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1915 B: 88,5 g T: 75 g Tł. nas.: 28,8 g W: 241,3 g w tym cukry: 59,3 g Błonnik: 27,8 g Sól: 5,6 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>Sok pomidorowy</p>	<p>Solferino bez mąki 350 ml Ryba gotowana 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, ryba, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, jajo, siarczyny</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
	<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1128 B: 56,7 g T: 37,5 g Tł. nas.: 18 g W: 156,6 g w tym cukry: 51,3 g Błonnik: 19,6 g Sól: 4,5 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>Sok pomidorowy</p>	<p>Solferino 200 ml Ryba gotowana 60 g Sos koperkowy ziemniaki 100 g Surówka z selera 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
	<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1654 B: 84,1 g T: 50,2 g Tł. nas.: 21,5 g W: 237,9 g w tym cukry: 60,5 g Błonnik: 29,5 g Sól: 5,8 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>Sok pomidorowy</p>	<p>Solferino 300 ml Ryba gotowana 100 g Sos koperkowy ziemniaki 200 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyny</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>

DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1991 B: 97,8 g T: 62,9 g Tł. nas.: 28,5 g W: 280,9 g w tym cukry: 62,5 g Błonnik: 32,8 g Sól: 6,4 g	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z natką 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok pomidorowy	Solferino 350 ml Ryba gotowana 120 g Sos koperkowy ziemniaki 250 g Surówka z selera 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, ryba, seler	Bułka 100 g Masło 15 g Jajko na miękko 1 szt. Sałata 20 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, jajo, siarczyny	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza
--	---	----------------	--	---	--

SOBOTA 02.03.2024		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
	DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2196 B: 85,9 g T: 82,7 g Tł. nas.: 33,8 g W: 299,2 g w tym cukry: 82,2 g Błonnik: 34,6 g Sól: 6,5 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Mus owocowy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Udka pieczone 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka oprószana 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Chleb pszenno-żytni 100 g Serek topiony 35 g Papryka czerwona 60 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
	DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2177 B: 110,7 g T: 70,9 g Tł. nas.: 31,2 g W: 294,7 g w tym cukry: 88 g Błonnik: 32,4 g Sól: 6,3 g	Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Mus owocowy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Udka gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka oprószana 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny

	<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1980 B: 116,9 g T: 74,1 g Tł. nas.: 32,6 g W: 241,7 g w tym cukry: 44 g Błonnik: 39,1 g Sól: 7,7 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka oprószana 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
	<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2002 B: 107,3 g T: 55,2 g Tł. nas.: 25,6 g W: 289,5 g w tym cukry: 86,4 g Błonnik: 32,2 g Sól: 5,9 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlna 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami bez śmietany 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka gotowana 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</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: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>

	<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1922 B: 100,2 g T: 72,3 g Tł. nas.: 28 g W: 235,8 g w tym cukry: 63,6 g Błonnik: 27,2 g Sól: 6,6 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlna 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami bez mąki 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka gotowana 150 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</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: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
	<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1217 B: 55,8 g T: 39,8 g Tł. nas.: 18,5 g W: 171,3 g w tym cukry: 74,9 g Błonnik: 18 g Sól: 3,5 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Parówki drobiowe 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 200 ml Udko gotowane 100 g Ziemniaki 100 g Marchewka oprószana 100 g Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</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>Sok warzywny</p>

	DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1794 B: 89,9 g T: 56,3 g Tł. nas.: 23,7 g W: 249,2 g w tym cukry: 82,8 g Błonnik: 27 g Sól: 5,5 g	Bułka 80 g Masło 10 g Parówki drobiowe 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Mus owocowy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Udko gotowane 150 g Ziemniaki 200 g Marchewka oprószana 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny
	DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2177 B: 110,7 g T: 70,9 g Tł. nas.: 31,2 g W: 294,7 g w tym cukry: 88 g Błonnik: 32,4 g Sól: 6,3 g	Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 100 g Sałata 20 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja, siarczyny	Mus owocowy	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Udko gotowane 200 g Ziemniaki 250 g Marchewka oprószana 150 g Herbata z cytryną 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Sok warzywny

NIEDZIELA 03.03.2024		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSILEK NOCNY
	DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2203 B: 80,7 g T: 94,1 g Tł. nas.: 33,6 g W: 276,4 g w tym cukry: 65,9 g Błonnik: 25,6 g Sól: 6,1 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Owoc	Zupa grysikowa na rosole 350 ml Bitka wieprzowa 120 g Ziemniaki 250 g Surówka z kiszanej kapusty 150 g Kompot owocowy 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza, siarczyny	Chleb pszenno-żytni 100 g Pasztet z drobiu 1 szt. Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza
	DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1961 B: 91 g T: 62,7 g Tł. nas.: 26,2 g W: 275,5 g w tym cukry: 71,2 g Błonnik: 25,5 g Sól: 5,7 g	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Owoc	Zupa grysikowa 350 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, mleko i laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Pasztet z drobiu 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja	Jogurt owocowy Alergeny: mleko i laktoza

	<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2145</p> <p>B: 113 g T: 78,4 g Tł. nas.: 35,4 g W: 277,2 g w tym cukry: 33,8 g Błonnik: 38,3 g Sól: 6,8 g</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>	Jogurt naturalny	<p>Zupa grysikowa 350 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Chleb razowy graham Masło Twaróg</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>
	<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1929</p> <p>B: 105,8 g T: 54,4 g Tł. nas.: 24,3 g W: 271 g w tym cukry: 73,5 g Błonnik: 25,1 g Sól: 5,1 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</p>	Owoc	<p>Zupa grysikowa bez śmietany 350 ml Pulpet 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</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>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1894</p> <p>B: 97,2 g T: 65,6 g Tł. nas.: 24,6 g W: 242,9 g w tym cukry: 71,7 g Błonnik: 20,5 g Sól: 4,6 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>	Owoc	<p>Zupa grysikowa 350 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>	<p>Jogurt naturalny</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>
	<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1130</p> <p>B: 50,4 g T: 39,9 g Tł. nas.: 17,2 g W: 153 g w tym cukry: 56,8 g Błonnik: 13,8 g Sól: 3,4 g</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>	Owoc	<p>Zupa grysikowa 200 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 60 g Ziemniaki 100 g Jarzynka z wody 100 g Kompot owocowy 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 1 szt. Pomidor ½ szt. 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 DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1604 B: 73,4 g T: 49 g Tł. nas.: 19,6 g W: 232,6 g w tym cukry: 68,6 g Błonnik: 21,9 g Sól: 4,6 g</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>Owoc</p>	<p>Zupa grysikowa 300 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 100 g Ziemniaki 200 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет drobiowy 1 szt. Pomidor ½ szt. 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 DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1961 B: 91 g T: 62,7 g Tł. nas.: 26,2 g W: 275,5 g w tym cukry: 71,2 g Błonnik: 25,5 g Sól: 5,7 g</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>Owoc</p>	<p>Zupa grysikowa 350 ml Pulpet w sosie pietruszkowym 120 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Kompot owocowy 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, mleko i laktoza, soja</p>	<p>Jogurt owocowy</p> <p>Alergeny: mleko i laktoza</p>