

JADŁOSPIS

5 – 11.02.2024 r.



PONIEDZIAŁEK 05.02.2024	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY	
	DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2246 B: 87,9 g T: 66,2 g Tł. nas.: 26,1 g W: 350,4 g w tym cukry: 103,3 g Błonnik: 35,7 g Sól: 6,8 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta z ryby 100 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, ryby	Jogurt owocowy	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml Makaron z jabłkami 300 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Sok warzywny
	DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2024 B: 83,9 g T: 46,8 g Tł. nas.: 22,9 g W: 334 g w tym cukry: 105,8 g Błonnik: 27,6 g Sól: 7,9 g	Bułka 100 g Masło 15 g Kielbasa drobiowa 60 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt owocowy	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml Makaron z jabłkami 300 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Sok warzywny
DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1890 B: 104,3 g T: 56,6 g Tł. nas.: 25 g W: 275 g w tym cukry: 59,4 g Błonnik: 44,3 g Sól: 8,2 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Kielbasa drobiowa 60 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Jogurt naturalny	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml Gulasz drobiowy 120 g Ziemniaki 300 g Sałatka z selera 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Owoc 150 g Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, laktoza, seler	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Sok warzywny	

<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2011 B: 77,8 g T: 40,8 g Tł. nas.: 20,8 g W: 350,3 g w tym cukry: 126,1 g Błonnik: 28 g Sól: 7,7 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa drobiowa 60 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami bez śmietany 400 ml Makaron z jabłkami 300 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Dżem 25 g Pomidor bez skórki ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2061 B: 69 g T: 62 g Tł. nas.: 24,6 g W: 321,5 g w tym cukry: 92,2 g Błonnik: 17,2 g Sól: 7,3 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Kiełbasa drobiowa 60 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Jogurt naturalny</p>	<p>Zupa ryżowa 400 ml Ryż z jabłkami 300 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1136 B: 43,2 g T: 31,1 g Tł. nas.: 15,7 g W: 182,4 g w tym cukry: 72 g Błonnik: 15,9 g Sól: 4,3 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Kiełbasa drobiowa 30 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml Makaron z jabłkami 150 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1672 B: 67,9 g T: 36,8 g Tł. nas.: 17,1 g W: 282,6 g w tym cukry: 97,7 g Błonnik: 23,7 g Sól: 6,4 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Kiełbasa drobiowa 40 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml Makaron z jabłkami 250 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 40 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2024 B: 83,9 g T: 46,8 g Tł. nas.: 22,9 g W: 334 g w tym cukry: 105,8 g Błonnik: 27,6 g Sól: 7,9 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Kiełbasa drobiowa 60 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml Makaron z jabłkami 300 g Herbata z cytryną i z cukrem 250 ml Owoc 150 g</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt. Pomidor ½ szt. Wędlina drobiowa 50 g Herbata z cukrem i cytryną 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Sok warzywny</p>

WTOREK
06.02.2024

		ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
	DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2480 B: 116,1 g T: 88,7 g Tł. nas.: 34,4 g W: 320,4 g w tym cukry: 71,7 g Błonnik: 32,1 g Sól: 3,5 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Owoc	Zupa brokułowa z makaronem 400 ml Schab zawijany z pieczarkami 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Ogórek kiszony 100 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Mus owocowy
	DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2349 B: 108 g T: 82,8 g Tł. nas.: 35,2 g W: 311,7 g w tym cukry: 74,9 g Błonnik: 28,7 g Sól: 3,9 g	Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Owoc	Zupa brokułowa z makaronem 400 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Mus owocowy
	DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2280 B: 120,8 g T: 90,3 g Tł. nas.: 39 g W: 279,4 g w tym cukry: 37,4 g Błonnik: 41,8 g Sól: 5,7 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Owoc	Zupa brokułowa z makaronem 400 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Chleb razowy graham Masło 15 g Paszтет drobiowy 50 g
	DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2131 B: 101,2 g T: 65 g Tł. nas.: 29,8 g W: 303,2 g w tym cukry: 73,7 g Błonnik: 28,5 g Sól: 4,3 g	Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Owoc	Zupa brokułowa bez śmietany z makaronem 400 ml Bitka schabowa bez sosu 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Serek homogenizowany

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 2206 B: 91,1 g T: 89 g Tł. nas.: 33,9 g W: 276,4 g w tym cukry: 74,5 g Błonnik: 23,9 g Sól: 3,8 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza, mleko</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa brokułowa bez mąki z grzankami z chleba bezglutenowego 400 ml Bitka schabowa bez sosu 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1210 B: 52,5 g T: 45 g Tł. nas.: 20,1 g W: 159,8 g w tym cukry: 47,8 g Błonnik: 15,8 g Sól: 2,1 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 200 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 60 g Ziemniaki 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Pasta mięsno-jarzynowa 50 g Pomidor ½ szt. herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1754 B: 78,7 g T: 55,9 g Tł. nas.: 23,7 g W: 249,7 g w tym cukry: 64,3 g Błonnik: 23,9 g Sól: 3,1 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 100 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Pasta mięsno-jarzynowa 80 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2349 B: 108 g T: 82,8 g Tł. nas.: 35,2 g W: 311,7 g w tym cukry: 74,9 g Błonnik: 28,7 g Sól: 3,9</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml Miód 25 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa brokułowa z makaronem 400 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Pasta mięsno-jarzynowa 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>

ŚRODA
07.02.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2228 B: 102,3 g T: 83,2 g Tł. nas.: 34,4 g W: 290,5 g w tym cukry: 61,3 g Błonnik: 33,9 g Sól: 9,3 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Rzodkiewka 40 g Masło 15 g Sałata 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Jogurt owocowy	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml Bigos Ziemniaki 250 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 60 g Papryka 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny
DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1914 B: 107,8 g T: 50,3 g Tł. nas.: 25,5 g W: 277,7 g w tym cukry: 68,4 g Błonnik: 30,3 g Sól: 6,6 g	Bułka 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Masło 15 g Sałata 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Jogurt owocowy	Zupa krupnik 400 ml Potrawka z drobiu 120 g Ziemniaki 300 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Bułka 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Masło 15 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny
DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1803 B: 108,5 g T: 51,8 g Tł. nas.: 26 g W: 254,7 g w tym cukry: 50,5 g Błonnik: 38,5 g Sól: 6,5 g	Chleb razowy graham 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Masło 15 g Sałata 20 g Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Jogurt naturalny	Zupa krupnik 400 ml Potrawka z drobiu 120 g Ziemniaki 300 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną y bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Chleb razowy graham 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Masło 15 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny
DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1870 B: 106,5 g T: 47,8 g Tł. nas.: 24 g W: 272,9 g w tym cukry: 67,6 g Błonnik: 30 g Sól: 6,6 g	Bułka 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Masło 15 g Sałata 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Jogurt owocowy	Zupa krupnik bez śmietany 400 ml Filet drobiowy 120 g Ziemniaki 300 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, laktoza	Bułka 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Masło 15 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Sok warzywny

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1933 B: 95 g T: 62,3 g Tł. nas.: 24,8 g W: 264,8 g w tym cukry: 55,6 g Błonnik: 23,3 g Sól: 6,1 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Masło 15 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza, mleko</p>	<p>Jogurt naturalny</p>	<p>Zupa ryżowa z jarzynami 400 ml Filet drobiowy 120 g Ziemniaki 300 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Masło 15 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1020 B: 55,3 g T: 31,6 g Tł. nas.: 15,8 g W: 143,3 g w tym cukry: 41,7 g Błonnik: 18,4 g Sól: 4,3 g</p>	<p>Bułka 50 g Pasta z sera białego z natką 50 g Masło 10 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa krupnik 200 ml Potrawka z drobiu 60 g Ziemniaki 100 g Jarzynka z wody 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 50 g Kiełbasa szynkowa 30 g Masło 10 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1507 B: 83,6 g T: 35,4 g Tł. nas.: 17 g W: 233,1 g w tym cukry: 56,6 g Błonnik: 27,4 g Sól: 5,5 g</p>	<p>Bułka 80 g Pasta z sera białego z natką 80 g Masło 10 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa krupnik 350 ml Potrawka z drobiu 100 g Ziemniaki 250 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 80 g Kiełbasa szynkowa 40 g Masło 10 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1810 B: 101,1 g T: 47,2 g Tł. nas.: 23,5 g W: 265,7 g w tym cukry: 58,4 g Błonnik: 29,7 g Sól: 6,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Pasta z sera białego z natką 100 g Masło 15 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Jogurt owocowy</p>	<p>Zupa krupnik 400 ml Potrawka z drobiu 120 g Ziemniaki 300 g Jarzynka z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Kiełbasa szynkowa 60 g Masło 15 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>

CZWARTEK

08.02.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2442 B: 91,4 g T: 97,2 g Tł. nas.: 38,8 g W: 317,4 g w tym cukry: 72,0 g Błonnik: 26,7 g Sól: 7,4 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml Masło 15 g Miód 15 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Sok warzywny	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 400 ml Pieczeń rzymska 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Mus owocowy
DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2292,2 B: 96,4 g T: 67,5 g Tł. nas.: 31 g W: 338,7 g w tym cukry: 98,2 g Błonnik: 24,2 g Sól: 6,2 g	Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml Miód 15 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Sok warzywny	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 400 ml Pulpet w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Mus owocowy
DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2306 B: 126,6 g T: 88,4 g Tł. nas.: 41,2 g W: 277,7 g w tym cukry: 36,5 g Błonnik: 34,5 g Sól: 7,2 g	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Pasta z jajek 90 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Jogurt naturalny	Zupa pomidorowa z lanym ciastem 400 ml Pulpet w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, laktoza	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	
DIETA WĄTROBOWA KCAL: 2056 B: 88,1 g T: 48 g Tł. nas.: 24,3 g W: 331,5 g w tym cukry: 96,5 g Błonnik: 24,0 g Sól: 5,7 g	Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml Miód 15 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Sok warzywny	Zupa pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml Pulpet bez sosu 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, laktoza	Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Mus owocowy

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1982 B: 80,3 g T: 66,2 g Tł. nas.: 26,5 g W: 275,5 g w tym cukry: 70 g Błonnik: 17,9 g Sól: 5 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z płatkami bezglutenowymi 400 ml Miód 15 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza, mleko</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem bez mąki 400 ml Pulpet bez mąki bez sosu 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1193 B: 46,1 g T: 36,9 g Tł. nas.: 17,8 g W: 177,4 g w tym cukry: 67,3 g Błonnik: 13,3 g Sól: 3,2 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Zupa mleczna z kaszą manną 200 ml Miód 15 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa pomidorowa z lanym ciastem 200 ml Pulpet w sosie koperkowym 60 g Ziemniaki 100 g Ćwikła 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Parówki drobiowe 50 g Sałata 10 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1782 B: 70,3 g T: 47,2 g Tł. nas.: 21,1 g W: 281,1 g w tym cukry: 88,2 g Błonnik: 20,6 g Sól: 4,8 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml Miód 15 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa pomidorowa z lanym ciastem 350 ml Pulpet w sosie koperkowym 100 g Ziemniaki 250 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Parówki drobiowe 75 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2292,2 B: 96,4 g T: 67,5 g Tł. nas.: 31 g W: 338,7 g w tym cukry: 98,2 g Błonnik: 24,2 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Zupa mleczna z kaszą manną 400 ml Miód 15 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Sok warzywny</p>	<p>Zupa pomidorowa z lanym ciastem 400 ml Pulpet w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 300 g Ćwikła 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>

PIĄTEK
09.02.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2405 B: 112,8 g T: 80,2 g Tł. nas.: 31,5 g W: 323,7 g w tym cukry: 83,2 g Błonnik: 31,1 g Sól: 7,8 g	Chleb pszenno-żytni 100 g Żurek z jajkiem 400 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Owoc	Zupa neapolitańska 400 ml Ryba w przyprawach 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z kiszzonej kapusty 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, laktoza, ryba	Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Papryka czerwona 60 g Sałata lodowa 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Sok warzywny
DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2071 B: 97,6 g T: 62 g Tł. nas.: 30,1 g W: 297,2 g w tym cukry: 76,7 g Błonnik: 25,6 g Sól: 5,3 g	Bułka 100 g Żurek z jajkiem 400 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Owoc	Zupa ryżowa 400 ml Ryba gotowana 120 g Sos biały 30 g Ziemniaki 300 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, laktoza, ryba	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Sałata lodowa 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Sok warzywny
DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 1824 B: 96,4 g T: 58,3 g Tł. nas.: 29,3 g W: 254,2 g w tym cukry: 40,5 g Błonnik: 33,7 g Sól: 6,6 g	Chleb razowy graham 100 g Żurek z jajkiem 400 ml Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, jajo	Owoc	Zupa ryżowa 400 ml Ryba gotowana 120 g Sos biały 30 g Ziemniaki 300 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, laktoza, ryba	Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Sałata lodowa 20 g Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Sok warzywny
DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1908 B: 100,7 g T: 48,8 g Tł. nas.: 25 g W: 283,1 g w tym cukry: 96,2 g Błonnik: 25,6 g Sól: 5,4 g	Bułka 100 g Masło 15 g Dżem 25 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza	Owoc	Zupa ryżowa 400 ml Ryba gotowana 120 g Ziemniaki 300 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml Obróbka termiczna: gotowanie Alergeny: gluten, laktoza, ryba	Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Sałata lodowa 20 g Kawa z mlekiem z cukrem 250 ml Alergeny: gluten, laktoza, mleko	Sok warzywny

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1840 B: 90,2 g T: 62,9 g Tł. nas.: 25,4 g W: 242,5 g w tym cukry: 47,4 g Błonnik: 23,1 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Miód 25 g Wędlina 60 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa solferino bez mąki 400 ml Ryba gotowana 120 g Ziemniaki 300 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: laktoza, ryba</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Sałata lodowa 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza, mleko</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1080 B: 46,6 g T: 33,9 g Tł. nas.: 16,8 g W: 158,8 g w tym cukry: 54,1 g Błonnik: 14,8 g Sól: 2,8 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Żurek z jajkiem 200 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 200 ml Ryba gotowana 60 g Sos biały 15 g Ziemniaki 100 g Brokuły z wody 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, ryba</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 50 g Pomidor ½ szt. Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1527 B: 71,8 g T: 41,7 g Tł. nas.: 19,4 g W: 231,4 g w tym cukry: 64,2 g Błonnik: 22,0 g Sól: 4,0 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Żurek z jajkiem 300 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 350 ml Ryba gotowana 100 g Sos biały 20 g Ziemniaki 250 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, ryba</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Twaróg z koperkiem 80 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1967 B: 90,9 g T: 59,0 g Tł. nas.: 28,1 g W: 285,1 g w tym cukry: 66,7 g Błonnik: 24,9 g Sól: 5,2 g</p>	<p>Bułka 100 g Żurek z jajkiem 400 ml Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, jajo</p>	<p>Owoc</p>	<p>Zupa ryżowa 400 ml Ryba gotowana 120 g Sos biały 30 g Ziemniaki 300 g Brokuły z wody 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, ryba</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg z koperkiem 100 g Pomidor ½ szt. Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, mleko</p>	<p>Sok warzywny</p>

**SOBOTA
10.02.2024**

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2306 B: 88,1 g T: 87,4 g Tł. nas.: 35,8 g W: 311,2 g w tym cukry: 79,4 g Błonnik: 27,8 g Sól: 6,7 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Paszтет pieczony 100 g Rzodkiewka 40 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Kisiel</p>	<p>Zupa selerowa z grzankami 400 ml Zraz duszony w sosie pieczeniowym 120 g Ziemniaki 300 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, seler</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Papryka 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 1963 B: 84,2 g T: 57,9 g Tł. nas.: 26,5 g W: 292,2 g w tym cukry: 77,6 g Błonnik: 23,8 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Kisiel</p>	<p>Zupa selerowa z grzankami 400 ml Budyń 120 g Sos pietruszkowy 30 g Ziemniaki 300 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 30 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2090 B: 87,8 g T: 70,7 g Tł. nas.: 33,8 g W: 307,3 g w tym cukry: 49,1 g Błonnik: 39,6 g Sól: 7,0 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Kisiel bez cukru</p>	<p>Zupa selerowa z grzankami 400 ml Budyń 120 g Sos pietruszkowy 30 g Ziemniaki 300 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, seler</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 30 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Chleb razowy graham Masło 15 g Pomidor 80 g</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1943 B: 99,1 g T: 50,8 g Tł. nas.: 21,9 g W: 292,1 g w tym cukry: 85 g Błonnik: 28 g Sól: 5,9 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor bez skórki ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Kisiel</p>	<p>Zupa selerowa bez śmietany z grzankami 400 ml Filet w jarzynach 120 g Ziemniaki 300 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 30 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1907 B: 91,8 g T: 72 g Tł. nas.: 25,4 g W: 239,8 g w tym cukry: 72,9 g Błonnik: 24,0 g Sól: 5,2 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Twaróg 100 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Zupa selerowa bez mąki z grzankami z chleba bezglutenowego 400 ml Filet w jarzynach 120 g Ziemniaki 300 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: laktoza, seler</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 30 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Jogurt naturalny</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1146 B: 46,2 g T: 39,1 g Tł. nas.: 17,7 g W: 160,5 g w tym cukry: 56,4 g Błonnik: 11,3 g Sól: 3,7 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Kisiel</p>	<p>Zupa selerowa z grzankami 200 ml Budyń 60 g Sos pietruszkowy 15 g Ziemniaki 100 g Sałatka z buraków 100 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, seler</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Wędlina 30 g Sałata 10 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1575 B: 66,1 g T: 43,1 g Tł. nas.: 18,7 g W: 244,8 g w tym cukry: 75,9 g Błonnik: 20,5 g Sól: 5 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Kisiel</p>	<p>Zupa selerowa z grzankami 350 ml Budyń 100 g Sos pietruszkowy 20 g Ziemniaki 250 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, seler</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Wędlina 30 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 1963 B: 84,2 g T: 57,9 g Tł. nas.: 26,5 g W: 292,2 g w tym cukry: 77,6 g Błonnik: 23,8 g Sól: 6,2 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Paszтет z drobiu 50 g Pomidor ½ szt. Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Kisiel</p>	<p>Zupa selerowa z grzankami 400 ml Budyń 120 g Sos pietruszkowy 30 g Ziemniaki 300 g Sałatka z buraków 150 g Herbata z cytryną z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza, seler</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 30 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt owocowy</p>

NIEDZIELA
11.02.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>DIETA PODSTAWOWA KCAL: 2359 B: 112,6 g T: 95 g Tł. nas.: 31,2 g W: 267,1 g w tym cukry: 53,8 g Błonnik: 27,9 g Sól: 7,3 g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 30 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Rosół z makaronem 400 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z czerwonej kapusty 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 100 g Masło 15 g Ser żółty 60 g Wędlina 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA ŁATWOSTRAWNA KCAL: 2159 B: 111,6 g T: 81,4 g Tł. nas.: 31,8 g W: 258,5 g w tym cukry: 58,8 g Błonnik: 23,9 g Sól: 7,8 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 30 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 400 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Ser biały 100 g Wędlina 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA CUKRZYCOWA KCAL: 2060 B: 116,7 g T: 84,2 g Tł. nas.: 33,2 g W: 232,3 g w tym cukry: 39 g Błonnik: 31,4 g Sól: 7,9 g</p>	<p>Chleb razowy graham 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 30 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Jogurt naturalny</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 400 ml Schab gotowany 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Ser biały 100 g Wędlina 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną bez cukru 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA WĄTROBOWA KCAL: 1903,1 B: 107,8 g T: 58,3 g Tł. nas.: 25,3 g W: 249,7 g w tym cukry: 57,2 g Błonnik: 23,7 g Sól: 7,4 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 30 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 400 ml Schab gotowany 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Ser biały 100 g Wędlina 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>

<p>DIETA BEZGLUTENOWA KCAL: 1846 B: 94,3 g T: 68,4 g Tł. nas.: 27,3 g W: 229,4 g w tym cukry: 63 g Błonnik: 25,2 g Sól: 7,2 g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Wędlina 60 g Sałata 30 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami bez mąki 400 ml Schab gotowany 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło 15 g Ser biały 100 g Wędlina 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 1-3 LAT KCAL: 1153 B: 56,9 g T: 45,6 g Tł. nas.: 19 g W: 138,4 g w tym cukry: 42,4 g Błonnik: 15 g Sól: 4,8 g</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Parówki drobiowe 50 g Sałata 10 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 200 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 60 g Ziemniaki 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 50 g Masło 10 g Ser biały 40 g Wędlina 20 g Sałata 10 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI 4-9 LAT KCAL: 1708 B: 86,5 g T: 61,3 g Tł. nas.: 22,9 g W: 215,4 g w tym cukry: 55 g Błonnik: 21,6 g Sól: 6,4 g</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Parówki drobiowe 75 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 350 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 100 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 80 g Masło 10 g Ser biały 60 g Wędlina 30 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>
<p>DIETA DZIECI I MŁODZIEŻY 10-18 LAT KCAL: 2159 B: 111,6 g T: 81,4 g Tł. nas.: 31,8 g W: 258,5 g w tym cukry: 58,8 g Błonnik: 23,9 g Sól: 7,8 g</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Parówki drobiowe 120 g Sałata 30 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Chudy rosół z makaronem 400 ml Bitka schabowa w sosie koperkowym 120 g Ziemniaki 300 g Surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml</p> <p>Obróbka termiczna: gotowanie, duszenie</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Bułka 100 g Masło 15 g Ser biały 100 g Wędlina 50 g Sałata 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml</p> <p>Alergeny: gluten, laktoza</p>	<p>Sok warzywny</p>