

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-01-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)</b>		
Chleb 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), chleb żytni 80g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <i>MLE</i> ), Polędwica sopocka 30g ( <i>SOJ</i> ), Pasta z zielonego groszku R 30g, pomidor 90g, Kakao R b/cukru 250ml ( <i>MLE</i> ), Roszponka 10g 1Por, Orzechy włoskie 30g ( <i>ORZ</i> ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <i>MLE</i> ),	Zupa pomidorowa z ryżem R 250ml ( <i>GLU</i> ), Kurczak duszony 140g 1Por, Ziemniaki 200g R 200g, Bukiet jarzyn z olejem 150g, Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt,	Chleb 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), chleb żytni 80g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szyunka gotowana Bielesz 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02</i> ), Pasta twarogowa z rybą gotowaną b.soli 50g ( <i>MLE</i> ), ogórek zielony 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,
II Śniadanie: Kiwi 100g 1szt,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt ( <i>GLU</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2247.92 kcal; Białko ogółem: 98.20 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 285.61 g; suma cukrów prostych: 67.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g; Sól: 5.49 g;

<b>wtorek 2024-01-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)</b>		
bułka kanapkowa 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <i>MLE</i> ), Polędwica sopocka 30g ( <i>SOJ</i> ), Pasta twarogowa z pietruszką b.soli 50g ( <i>MLE</i> ), pomidor b/s 90g, Kakao R b/cukru 250ml ( <i>MLE</i> ), Roszponka 10g 1Por, Słonecznik, nasiona 30g, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <i>MLE</i> ),	Zupa pomidorowa z ryżem R 250ml ( <i>GLU</i> ), Pałka z kurczaka gotowana 140g 1Por, Ziemniaki 200g R 200g, Bukiet jarzyn z olejem 150g, Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt,	bułka kanapkowa 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szyunka gotowana Bielesz 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02</i> ), Pasta twarogowa z rybą gotowaną b.soli 50g ( <i>MLE</i> ), brokuły gotowane 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,
II Śniadanie: Banan 100g 1Por,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt ( <i>GLU</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2277.37 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 79.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 287.38 g; suma cukrów prostych: 82.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; Sól: 4.91 g;

<b>wtorek 2024-01-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)</b>		
bułka kanapkowa 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <i>MLE</i> ), Polędwica sopocka 30g ( <i>SOJ</i> ), Pasta twarogowa z pietruszką b.soli 30g ( <i>MLE</i> ), pomidor b/s plastry 90g, Roszponka 10g 1Por, Kakao R b/cukru 250ml ( <i>MLE</i> ),	Zupa pomidorowa z ryżem R 125ml ( <i>GLU</i> ), Mięso drob.mielone z sosem 50g ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki 200g R 80g, Bukiet jarzyn z olejem 80g, Kompot b/cukru 250ml 250ml,	bułka kanapkowa 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szyunka gotowana Bielesz 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02</i> ), Pasta twarogowa z rybą gotowaną b.soli 30g ( <i>MLE</i> ), Herbata b/cukru 250ml 1Por, brokuły gotowane 50g,
II Śniadanie: Banan 100g 1Por,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt ( <i>GLU</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1228.79 kcal; Białko ogółem: 61.86 g; Tłuszcz: 41.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.11 g; Węglowodany ogółem: 247.60 g; suma cukrów prostych: 53.31 g; Błonnik pokarmowy: 16.71 g; Sól: 3.37 g;