

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca
na dzień: 2026-09-02
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** Zacierka na mleku (zupa gotowana) (**1, 7**), bułka bagietka (**1**), masło śmietankowe (**7**), Szynka konserwowa , sałata , Herbata z cukrem , Ser żółty (**7**),
- 2. śniadanie:** Mandarynka ,
- Obiad:** Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) (**7, 9**), Kompot , Kotlet drobiowy mielony gotowany (**1, 3**), Ziemniaki gotowane , bukiet z warzyw gotowanych ,
- Podwieczorek:** Kisiel z jabłkiem ,
- Kolacja:** bułka bagietka (**1**), Herbata z cukrem , masło śmietankowe (**7**), polędwica drobiowa , Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) (**7**), Ogórek świeży - plasterki ,
- Posiłek nocny:** Sok jabłkowy ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	523,10	30,40	22,50	12,90	0,00	50,60	1,30
2	2. śniadanie	36,00	0,50	0,20	0,00	0,00	9,00	1,50
3	Obiad	695,30	39,20	16,50	4,10	0,00	102,20	11,60
4	Podwieczor	124,10	0,10	0,10	0,00	0,00	30,90	0,40
5	Kolacja	440,10	21,90	13,30	7,80	0,00	58,50	2,30
6	Posiłek	82,00	0,20	0,20	0,00	0,00	20,00	0,00

Jadłospis dla diety: łatwostrawna
na dzień: 2026-09-02
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** Zacierka na mleku (zupa gotowana) (**1, 7**), chleb zwykły (**1**), Masło roślinne 5 g , Szynka konserwowa , Herbata z cukrem , sałata ,
- 2. śniadanie:** Jabłko ,
- Obiad:** Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) (**7, 9**), Kompot , Kotlet drobiowy mielony gotowany (**1, 3**), Ziemniaki gotowane , bukiet z warzyw gotowanych ,
- Podwieczorek:** Kisiel z jabłkiem ,
- Kolacja:** Masło roślinne , Herbata z cukrem , Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) (**7**), chleb zwykły (**1**), polędwica drobiowa , Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) ,
- Posiłek nocny:** Sok pomidorowy M ,

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	491,90	24,00	10,40	4,20	0,00	77,90	4,60
2	2. śniadanie	75,00	0,60	0,60	0,10	0,00	18,10	3,00
3	Obiad	761,30	39,00	17,00	4,70	0,00	118,20	12,30
4	Podwieczor	124,10	0,10	0,10	0,00	0,00	30,90	0,40
5	Kolacja	582,00	25,00	15,60	4,20	0,00	88,10	6,90
6	Posiłek	36,00	1,60	0,40	0,10	0,00	7,60	2,20

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bogatobiałkowa
na dzień: 2026-09-02
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** zupa płynna b/ml + mięso (1, 3, 9), bułka bagietka (1), masło śmietankowe (7), Szynka konserwowa , Herbata z cukrem , sałata , Twaróg krojony (7),
- 2. śniadanie:** Jabłko ,
- Obiad:** Zupa pomidorowa z ryżem (gotowana) (7, 9), Kotlet drobiowy mielony gotowany (1, 3), Kompot , Ziemniaki gotowane , bukiet z warzyw gotowanych ,
- Podwieczorek:** Kisiel z jabłkiem ,
- Kolacja:** bułka bagietka (1), Herbata z cukrem , masło śmietankowe (7), Polędwica drobiowa 40 M , zupa płynna b/ml + mięso (1, 3, 9), Warzywa cukrzycowe kolacja (gotowane) , Ogórek
- Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (7),

Zestawienie kosztów i wartości odżywczych:

Lp	Opis	Wartość energetyczna[kcal]	Białko ogółem	Tłuszcz	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem	Węglowodany ogółem	Błonnik pokarmowy	Sól
		[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]
1	Śniadanie	967,70	58,10	28,80	9,20	0,00	123,00	8,10
2	2. śniadanie	75,00	0,60	0,60	0,10	0,00	18,10	3,00
3	Obiad	761,30	39,00	17,00	4,70	0,00	118,20	12,30
4	Podwieczor	124,10	0,10	0,10	0,00	0,00	30,90	0,40
5	Kolacja	996,20	47,00	32,50	8,80	0,00	134,00	10,20
6	Posiłek	61,00	3,70	1,50	0,90	0,00	8,20	0,30

Oznaczenia alergenów:

- 1 - *Zboża zawierające gluten ,*
- 2 - *Skorupiaki i pochodne,*
- 3 - *Jaja i pochodne,*
- 4 - *Ryby i pochodne,*
- 5 - *Orzeszki ziemne i pochodne,*
- 6 - *Soja i pochodne,*
- 7 - *Mleko i pochodne,*
- 8 - *Orzechy,*
- 9 - *Seler i pochodne,*
- 10 - *Gorczyca i pochodne,*
- 11 - *Nasiona sezamu i pochodne,*
- 12 - *Dwutlenek siarki, siarczyny,*
- 13 - *Łubin i pochodne,*
- 14 - *Mięczaki i pochodne,*

