

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca
na dzień: 2026-10-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) (7), bułka bagietka (1), masło śmietankowe (7), polędwica drobiowa , Herbata z cukrem , Pomidor ,
- 2. śniadanie:** Chrupki kukurydziane ,
- Obiad:** ROSÓŁ Z MAKARONEM (zupa gotowana) (1, 3, 9), Sztuka mięsa duszona w sosie własnym (1), Kisiel z cukrem , Ziemniaki gotowane , Kalafior gotowany ,
- Podwieczorek:** herbatniki (1, 7),
- Kolacja:** bułka bagietka (1), Herbata z cukrem , masło śmietankowe (7), Szynka konserwowa , Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana) (7), Ogórek świeży - plasterki ,
- 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	484,00	22,90	14,00	8,00	0,00	68,70	3,80
2	2. śniadanie	108,90	2,70	0,90	0,10	0,00	23,70	2,30
3	Obiad	847,50	43,50	31,90	6,10	0,00	102,10	9,40
4	Podwieczor	69,80	1,30	1,80	0,20	0,00	12,30	0,20
5	Kolacja	453,10	21,40	14,80	8,50	0,00	59,00	2,30
6	Posiłek	61,00	3,70	1,50	0,90	0,00	8,20	0,30
7	Cały posiłek	2024,30	95,40	64,80	23,90	0,00	273,90	18,30

Jadłospis dla diety: łatwostrawna
na dzień: 2026-10-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** Płatki jęczmienne na mleku (zupa gotowana) (7), chleb zwykły (1), Masło roślinne ,
polędwica drobiowa , Herbata z cukrem , Pomidor ,
- 2. śniadanie:** Jogurt owocowy (7),
- Obiad:** Rosół z makaronem (zupa gotowana) (1, 3, 9), Sztuka mięsa duszona w sosie własnym
(1), Kisiel bez cukru , Surówka mizeria z jogurtem (7), Ryż gotowany na sypko ,
- Podwieczorek:** herbatniki (1, 7),
- Kolacja:** Herbata z cukrem , Szynka konserwowa , Kasza kukurydziana na mleku (zupa gotowana)
(7), chleb zwykły (1), sałata , Masło roślinne ,
- Posiłek nocny:** Serek wiejski ,

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	570,70	24,90	11,30	4,10	0,00	96,10	7,10
2	2. śniadanie	61,00	3,70	1,50	0,90	0,00	8,20	0,30
3	Obiad	918,70	44,30	31,70	5,10	0,00	117,20	5,80
4	Podwieczor	69,80	1,30	1,80	0,20	0,00	12,30	0,20
5	Kolacja	538,00	23,30	12,10	4,60	0,00	86,00	5,60
6	Posiłek	97,00	0,00	1,70	3,30	0,00	2,00	0,00
7	Cały dzień	2255,20	97,50	60,00	18,30	0,00	321,80	19,00

na dzień: 2026-10-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Śniadanie:	południca drobiowa , Chleb graham (1, 3), Masło roślinne , Herbata bez cukru ,
2. śniadanie:	Sok pomidorowy M ,
Obiad:	Rosół z makaronem (zupa gotowana) (1, 3, 9), Sztuka mięsa duszona w sosie własnym (1), Ryż brązowy gotowany , Kisiel bez cukru , Surówka mizeria z jogurtem (7),
Podwieczorek:	Kanapka z wędliną (1, 3),
Kolacja:	sałata , Szyńka konserwowa , Herbata bez cukru , Chleb graham (1, 3), Masło roślinne ,
Posiłek nocny:	Serek wiejski ,

[illegible]

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bogatobiałkowa
na dzień: 2026-10-25
dla kuchni: Kuchnia EŁK

Zawartość jadłospisu:

- Śniadanie:** zupa płynna b/ml + mięso (1, 3, 9), chleb zwykły (1), masło śmietankowe (7), polędwica drobiowa , Herbata z cukrem , pomidor ,
- 2. śniadanie:** Jogurt owocowy (7),
- Obiad:** Rosół z makaronem (zupa gotowana) (1, 3, 9), Sztuka mięsa duszona w sosie własnym (1), Kisiel bez cukru , Ryż gotowany na sypko , Surówka mizeria z jogurtem (7),
- Podwieczorek:** Kanapka z wędliną chleb zw (1),
- Kolacja:** chleb zwykły (1), Herbata z cukrem , masło śmietankowe (7), polędwica drobiowa , sałata , zupa płynna b/ml + mięso (1, 3, 9),
- Posiłek nocny:** Serek wiejski ,

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	885,00	44,90	27,30	8,50	0,00	120,40	10,90
2	2. śniadanie	61,00	3,70	1,50	0,90	0,00	8,20	0,30
3	Obiad	918,70	44,30	31,70	5,10	0,00	117,20	5,80
4	Podwieczor	110,50	4,10	3,10	0,80	0,00	17,30	1,40
5	Kolacja	877,90	44,70	27,20	8,50	0,00	118,80	10,50
6	Posiłek	97,00	0,00	1,70	3,30	0,00	2,00	0,00
7	Cały dzień	2950,10	141,70	92,50	27,10	0,00	383,80	29,00

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,*

