

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-07-07      Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)</b>		
Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Jajko 1szt. 1Por ( <b>JAJ</b> ), Serek homogenizowany President(serek homogenizowany) 50g ( <b>MLE</b> ), ogórek zielony 90g , Mix sałat 10g 1Por , Pestki Dyni 30g ( <b>OZI, ORZ, SEL, SEZ</b> ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ),	Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ), Zupa pomidorowa z makaronem 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym 250ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Kurczak w sosie pietruszkowym 200g 1Por ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Ryż brązowy 200g 1Por ( <b>GLU</b> ),	Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyńka dębowa drobiowa NikPol 30g , Pasta twarogowa z koperkiem i wędliną bez soli 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Sałatka z kapusty pekińskiej 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,
II Śniadanie: Melon 100g ,	Kalafior z bułką tartą 150g 1Por ( <b>GLU, MLE</b> ), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g 1szt ,	Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2116.67 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 63.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 295.88 g; suma cukrów prostych: 49.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; Sól: 5.69 g;

<b>poniedziałek 2025-07-07      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)</b>		
bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Szyńka beszkidzka Bielesz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Serek homogenizowany President(serek homogenizowany) 50g ( <b>MLE</b> ), Marchewka baby z olejem 90g , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ), Zupa mleczna z płatkami owsianymi R 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata b/cukru 250ml 1Por ,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym 250ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Kurczak w sosie pietruszkowym 200g 1Por ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), ryż na sypko 200g 1Por ( <b>GLU</b> ), kalafior gotowany 150g , Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g 1szt , Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyńka dębowa drobiowa NikPol 30g , Pasta twarogowa z koperkiem i wędliną bez soli 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), sałata zielona z pomidorem bez skóry i olejem 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,
II Śniadanie: Melon 100g ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2130.09 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 308.83 g; suma cukrów prostych: 63.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g; Sól: 6.11 g;

<b>poniedziałek 2025-07-07      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)</b>		
bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Szyńka beszkidzka Bielesz 15g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Serek homogenizowany President(serek homogenizowany) 30g ( <b>MLE</b> ), Marchewka baby z olejem 50g , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym 125ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Kurczak w sosie pietruszkowym 200g 1Por ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), ryż na sypko 50g 1Por ( <b>GLU</b> ), kalafior gotowany 50g , Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyńka dębowa drobiowa NikPol 15g , Pasta twarogowa z koperkiem i wędliną bez soli 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Mus z buraka z jabłkiem 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,
II Śniadanie: Melon 50g ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1086.11 kcal; Białko ogółem: 56.74 g; Tłuszcz: 38.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.76 g; Węglowodany ogółem: 129.60 g; suma cukrów prostych: 34.01 g; Błonnik pokarmowy: 12.69 g; Sól: 3.16 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)</b>		
Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka Bieleśz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Pasta z soczewicy bez soli 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), pomidor 90g , Kakao R b/cukru 250ml ( <b>MLE</b> ), Mix салат 10g 1Por , Orzechy włoskie 30g ( <b>OZI, ORZ, SEL, SEZ</b> ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ),	ZUPA z kalarepy na wywarze drobiowo-warzywnym 250ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kurczak duszony 140g 1Por ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Ziemniaki z ziołami 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Salátka z kapusty pekińskiej 150g , Mus jabłko, brzoskwinia Agiberia 100g 1szt ( <b>MLE</b> ), Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyńka drobiowa Bieleśz 30g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta twarogowa z rybą gotowaną bez soli 50g ( <b>MLE</b> ), Papryka świeża 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por ,		Posiłek nocny: sok warzywny 300ml Fortuna 1szt ( <b>SEL</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2110.63 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 260.84 g; suma cukrów prostych: 55.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; Sól: 5.89 g;

<b>wtorek 2025-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)</b>		
bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka Bieleśz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g ( <b>MLE</b> ), pomidor b/s 90g , Kakao R b/cukru 250ml ( <b>MLE</b> ), Mix салат 10g 1Por , Koktajl truskawkowy bez cukru 150g ( <b>MLE</b> ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ),	ZUPA z kalarepy na wywarze drobiowo-warzywnym 250ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Palka z kurczaka gotowana 140g 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Ziemniaki z ziołami 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Salátka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką 150g , Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ), Mus jabłko, brzoskwinia Agiberia 100g 1szt ( <b>MLE</b> ),	bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyńka drobiowa Bieleśz 30g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta twarogowa z rybą gotowaną bez soli 50g ( <b>MLE</b> ), Dynia gotowana z olejem 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2016.68 kcal; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 248.11 g; suma cukrów prostych: 69.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; Sól: 5.35 g;

<b>wtorek 2025-07-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)</b>		
bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka Bieleśz 15g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g ( <b>MLE</b> ), pomidor b/s plastry 50g , Mix салат 10g 1Por , Kakao R b/cukru 250ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA z kalarepy na wywarze drobiowo-warzywnym 125ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Mięso drob.mielone z sosem 50g ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki z ziołami 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Bukiet jarzyn z olejem 50g , Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyńka drobiowa Bieleśz 15g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta twarogowa z rybą gotowaną bez soli 30g ( <b>MLE</b> ), Dynia gotowana z olejem 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,
II Śniadanie: Mus jabłkowy 50g ,		Posiłek nocny: Musiak burak, dynia, jabłko 1szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1105.63 kcal; Białko ogółem: 58.60 g; Tłuszcz: 41.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.48 g; Węglowodany ogółem: 176.65 g; suma cukrów prostych: 41.48 g; Błonnik pokarmowy: 13.21 g; Sól: 2.53 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)</b>		
Bułka kajzerka 1 szt(1) 1Por ( <b>GLU</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Twaróg z koperkiem R 50g ( <b>MLE</b> ), Kurczak gotowany Korona 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pomidory koktajlowe 50g, Rukola 10g 1Por, Herbata b/cukru 250ml 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ),	Rosół z lanym ciastem R na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), Gołąbki bez zawijania z mięsem drobiowym 100g 1Por ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Ziemniaki z ziołami 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Sos pomidorowy R 100ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Zielona sałata z sosem winegret 70g 1Por ( <b>SEL, GOR</b> ), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g 1szt, Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szyunka szkolna Bieleś 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g ( <b>MLE</b> ), Rzodkiew biała 90g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Śledzik na raz Lisner 100g 1szt ( <b>SKR, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ),
II Śniadanie: Banan 100g 1Por,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2227.77 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 76.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 296.08 g; suma cukrów prostych: 69.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; Sól: 7.56 g;

<b>środa 2025-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)</b>		
Bułka kajzerka 1 szt(1) 1Por ( <b>GLU</b> ), bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Twaróg z koperkiem R 50g ( <b>MLE</b> ), Kurczak gotowany Korona 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Rukola 10g 1Por, Cukinia gotowana z olejem 90g ( <b>SEL</b> ), Herbata b/cukru 250ml 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ), Płatki owsiane na mleku z jabłkiem 150g 1Por ( <b>GLU, MLE</b> ),	Rosół z lanym ciastem R na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), Budyń półmiesny drobiowy gotowany 100g R 1Por ( <b>GLU, JAJ, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki z ziołami 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Sos pomidorowy R 100ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Marchewka baby 150g, Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g 1szt,	bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szyunka szkolna Bieleś 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 50g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z kapusty pekińskiej z pomidorami bez skóry 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Ryba z warzywami w galarecie 100g ( <b>GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
II Śniadanie: Banan 100g 1Por,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2274.66 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.43 g; Węglowodany ogółem: 340.75 g; suma cukrów prostych: 91.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g; Sól: 8.81 g;

<b>środa 2025-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)</b>		
Bułka kajzerka 1 szt(1) 1Por ( <b>GLU</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 250ml 1Por, Twaróg z koperkiem R 30g ( <b>MLE</b> ), Kurczak gotowany Korona 15g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Cukinia gotowana z olejem 50g ( <b>SEL</b> ),	Rosół z lanym ciastem R na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), Budyń półmiesny drobiowy gotowany 50g 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Sos pomidorowy R 100ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Marchewka baby z olejem 50g, Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	Rama Omega-3 10g 1szt, bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Pasta twarogowa z burakiem i pietruszką 30g ( <b>MLE</b> ), Szyunka szkolna Bieleś 15g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Ryba z warzywami w galarecie 50g ( <b>GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), pomidor b/s 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,
II Śniadanie: Banan 100g 1Por,		Posiłek nocny: Musiak burak, dynia, jabłko 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1049.21 kcal; Białko ogółem: 49.63 g; Tłuszcz: 33.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.85 g; Węglowodany ogółem: 138.39 g; suma cukrów prostych: 46.99 g; Błonnik pokarmowy: 11.08 g; Sól: 2.85 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-07-10      Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)</b>		
Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Polędwica wiśniowa Bieleśz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Twarożek z truskawkami 50g ( <b>MLE</b> ), Mix sałat 10g , ogórek zielony 90g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Słonecznik, nasiona 30g ( <b>OZI, ORZ, SEZ</b> ), Pasta Warzywna Cukinia z ciecierzycą plantujemy 90g 1szt ( <b>GLU, RYB, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Żurek na maślanie 250ml na wywarze warzywnym zabielały 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Jaja 2szt w sosie musztardowym 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Marchewka zagęszczana R 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt ( <b>MLE</b> ), Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki z ziołami 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ),	chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Polędwica sopocka Bieleśz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Sałatka jarzynowa 100g ( <b>SEL</b> ), Herbata b/c 250ml R 1Por ( <b>SEL, GOR</b> ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g ( <b>MLE</b> ),
II Śniadanie: arbuz 100g ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2207.38 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 306.03 g; suma cukrów prostych: 66.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g; Sól: 7.09 g;

<b>czwartek 2025-07-10      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)</b>		
bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Polędwica wiśniowa Bieleśz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Twarożek z truskawkami 50g ( <b>MLE</b> ), Bukiet jarzyn z olejem 50g , Mix sałat 10g , Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kisiel owocowy bez cukru 150g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ),	Żurek na maślanie 250ml na wywarze warzywnym zabielały 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Makaron z warzywami 300g R 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Surówka z marchewki i pomarańczy 150g , Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt ( <b>MLE</b> ), Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	bułka kanapkowa 90g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Polędwica sopocka Bieleśz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Mus z buraka z jabłkiem 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g ( <b>MLE</b> ),
II Śniadanie: arbuz 100g ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2153.72 kcal; Białko ogółem: 80.44 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 307.40 g; suma cukrów prostych: 91.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; Sól: 5.21 g;

<b>czwartek 2025-07-10      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)</b>		
bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Polędwica wiśniowa Bieleśz 15g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Twarożek z truskawkami 30g ( <b>MLE</b> ), Bukiet jarzyn z olejem 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por ,	Żurek na maślanie 125ml na wywarze warzywnym zabielały 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Grysik z masłem i cynamonem 300g 1Por ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Mus marchewkowy 150g , Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ), Mus jabłkowy Agiberia 100g 1szt ( <b>MLE</b> ),	bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka Bieleśz 15g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Mus z buraka z jabłkiem 50g , Herbata b/c 250ml R 1Por ( <b>SEL, GOR</b> ), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 30g ( <b>MLE</b> ),
II Śniadanie: arbuz 50g ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1434.07 kcal; Białko ogółem: 52.65 g; Tłuszcz: 46.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 205.55 g; suma cukrów prostych: 69.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.11 g; Sól: 3.14 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-07-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)</b>		
Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Pasta z zielonego groszku bez soli 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g ( <b>MLE</b> ), pomidor 90g , Mix салат 10g 1Por , Herbata b/cukru 250ml 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ), Orzechy włoskie 30g ( <b>OZI, ORZ, SEL, SEZ</b> ),	Zupa szpinakowa z makaronem 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym 250ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, GOR</b> ), Dorsz gotowany 90g ( <b>MLE</b> ), Ziemniaki z ziołami 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Ogórki zielone sałatka 150g ( <b>GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Mus jabłkowy Agiberia 100g 1szt ( <b>MLE</b> ), SOS cytrynowy 100ml 1Por ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Serek wiejski OSM Radomsko 50g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaj bez soli 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Papryka świeża 50g , Herbata b/c 250ml R 1Por ( <b>SEL, GOR</b> ),
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,		Posiłek nocny: Banan 1 szt. 1Por ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2298.46 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 330.82 g; suma cukrów prostych: 95.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g; Sól: 4.48 g;

<b>piątek 2025-07-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)</b>		
bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Dżemik 25g 1Por , Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g ( <b>MLE</b> ), Mix салат 10g 1Por , pomidor b/s 90g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ),	Zupa szpinakowa z makaronem 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym 250ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, GOR</b> ), Dorsz gotowany 90g ( <b>MLE</b> ), Ziemniaki z ziołami 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Buraczki z jabłkiem 150g 150g , SOS cytrynowy 100ml 1Por ( <b>GLU, MLE</b> ), Mus jabłkowy Agiberia 100g 1szt ( <b>MLE</b> ), Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Serek wiejski OSM Radomsko 50g ( <b>MLE</b> ), Twaróg z koperkiem R 50g ( <b>MLE</b> ), brokuły gotowane z olejem 50g , Herbata b/c 250ml R 1Por ( <b>SEL, GOR</b> ),
II Śniadanie: Melon 100g ,		Posiłek nocny: Banan 1 szt. 1Por ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2307.09 kcal; Białko ogółem: 107.50 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.48 g; Węglowodany ogółem: 345.83 g; suma cukrów prostych: 120.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; Sól: 4.86 g;

<b>piątek 2025-07-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)</b>		
bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Twaróg z jogurtem naturalnym 30g ( <b>MLE</b> ), Dżemik 25g 1Por , Herbata b/cukru 250ml 1Por , pomidor b/s 90g , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ),	Zupa szpinakowa z makaronem 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym 250ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, GOR</b> ), Dorsz gotowany 50g ( <b>MLE</b> ), Ziemniaki z ziołami 50g , Buraczki z jabłkiem 150g 150g , Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ), SOS cytrynowy 100ml 0.5Por ( <b>GLU, MLE</b> ),	bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt , Serek wiejski OSM Radomsko 50g ( <b>MLE</b> ), Twaróg z koperkiem R 50g ( <b>MLE</b> ), brokuły gotowane z olejem 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,
II Śniadanie: Melon 50g ,		Posiłek nocny: Banan 1 mała sztuka 1Por ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1397.52 kcal; Białko ogółem: 67.49 g; Tłuszcz: 43.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.29 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; suma cukrów prostych: 75.77 g; Błonnik pokarmowy: 19.01 g; Sól: 2.61 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-07-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)</b>		
Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa gotowana 30g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta twarogowa z papryką b.soli 50g ( <b>MLE</b> ), Rukola 10g 1Por, Rzodkiew biała 50g, Pestki Dyni 30g ( <b>OZI, ORZ, SEL, SEZ</b> ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 250ml 1Por,	Zupa jarzynowa R 250ml na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Pieczeń z pieczarkami R 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), kasza pęczak 200g 1Por ( <b>GLU, ORZ, SEL, LUB</b> ), Sos chrzanowy 100ml ( <b>GLU, MLE, S02</b> ), Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150g, Mus jabłko, brzoskwinia Agiberia 100g 1szt ( <b>MLE</b> ), Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką 50g, Serek fromage 0,5szt(7) Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ), pomidor 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2140.65 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 279.46 g; suma cukrów prostych: 45.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g; Sól: 5.06 g;

<b>sobota 2025-07-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)</b>		
bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa gotowana 30g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Jarzyny gotowane z olejem 90g ( <b>SEL</b> ), Mix салат 10g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ), Zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pasta twarogowa z koperkiem b.soli(ser twarogowy mielony President, maślanka, koperek świeży) 50g ( <b>MLE</b> ),	Zupa jarzynowa R 250ml na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Pieczeń z warzywami R 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, SEZ</b> ), Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, LUB</b> ), Brokuły gotowane z dodatkiem oleju 150g 1Por, Sos koperkowy 100ml R 1Por ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ), Mus jabłko, brzoskwinia Agiberia 100g 1szt ( <b>MLE</b> ),	bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką 50g, Twaróg z jogurtem naturalnym 50g ( <b>MLE</b> ), pomidor b/s 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2181.70 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 297.35 g; suma cukrów prostych: 60.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.23 g; Sól: 4.56 g;

<b>sobota 2025-07-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)</b>		
bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa gotowana 15g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta twarogowa z koperkiem b.soli(ser twarogowy mielony President, maślanka, koperek świeży) 30g ( <b>MLE</b> ), Jarzyny gotowane z olejem 50g ( <b>SEL</b> ), Mus jabłkowy 50g, Herbata b/c 250ml R 1Por ( <b>SEL, GOR</b> ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ),	Zupa jarzynowa R 125ml na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Pieczeń z warzywami R 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, SEZ</b> ), Ziemniaki z ziołami 50g, brokuły gotowane z olejem 50g, Sos koperkowy 100ml R 1Por ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką 30g, Twaróg z jogurtem naturalnym 30g ( <b>MLE</b> ), pomidor b/s plasterki 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,
		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona 1szt ( <b>GLU</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1110.03 kcal; Białko ogółem: 48.19 g; Tłuszcz: 43.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 184.63 g; suma cukrów prostych: 36.12 g; Błonnik pokarmowy: 15.63 g; Sól: 2.15 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-07-13      Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)</b>		
Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Szyńska szkolna Bieleśz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Serek wiejski ze szczypiorkiem 50g ( <b>MLE</b> ), Papryka świeża 90g, Rukola 10g 1Por, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Słonecznik, nasiona 30g ( <b>OZI, ORZ, SEZ</b> ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ),	Rosół z lanym ciastem R na wywarze drobiowo-warzywnym 1Por ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), Kotlet schabowy 90g R 1Por ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Ziemniaki z ziołami 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Buraczki z chrzanem 150g ( <b>GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g 1szt,	Chleb 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), chleb żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szyńska beskidzka Bieleśz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli 50g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka 50g 1Por, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Pasta warzywna papryka i fasola 80g 1szt ( <b>GLU, SOJ</b> ),
II Śniadanie: Pomarańcza 100g 1szt,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2305.10 kcal; Białko ogółem: 95.00 g; Tłuszcz: 85.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 293.86 g; suma cukrów prostych: 66.55 g; Błonnik pokarmowy: 34.47 g; Sól: 7.08 g;

<b>niedziela 2025-07-13      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)</b>		
bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Szyńska szkolna Bieleśz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Serek wiejski z koperkiem 50g ( <b>MLE</b> ), kalfior gotowany z olejem 90g, Rukola 10g 1Por, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Wafle ryżowe 30g ( <b>SEZ</b> ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por ( <b>MLE</b> ),	Rosół z lanym ciastem R 1Por ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), Roladka ze schabu 90g w sosie własnym 1Por ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), Ziemniaki z ziołami 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02</b> ), szpinak gotowany 150g ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g 1szt, Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	bułka kanapkowa 110g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szyńska beskidzka Bieleśz 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Pasta twarogowa z pietruszką b.soli 50g ( <b>MLE</b> ), Salátka z kapusty pekińskiej z marchewką 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por,
II Śniadanie: Pomarańcza 100g 1szt,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2078.05 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 252.45 g; suma cukrów prostych: 59.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g; Sól: 5.77 g;

<b>niedziela 2025-07-13      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)</b>		
bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 250ml 1Por, Szyńska szkolna Bieleśz 15g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Serek wiejski z koperkiem 50g ( <b>MLE</b> ), kalfior gotowany 50g,	Rosół z lanym ciastem R125ml 1Por ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Mięso drob.mielone z sosem 50g ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki z ziołami 50g, szpinak gotowany 50g ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), Kompot b/cukru 250ml 250ml ( <b>SEL</b> ),	bułka kanapkowa 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por ( <b>MLE</b> ), Szyńska beskidzka Bieleśz 15g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</b> ), Herbata b/cukru 250ml 1Por, Pasta twarogowa z pietruszką b.soli 30g ( <b>MLE</b> ), Mus marchewkowy 50g, Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g 1Por,
II Śniadanie: Pomarańcza 100g 1szt,		Posiłek nocny: Mus jabłko gruszka dynia 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1069.18 kcal; Białko ogółem: 56.27 g; Tłuszcz: 42.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 117.98 g; suma cukrów prostych: 36.51 g; Błonnik pokarmowy: 11.39 g; Sól: 2.94 g;