

Dobry posiłek Jadłospis 10-dnowy 01-05-2025 do 10-05 -2025 dla dzieci 12-36 m-cy

czwartek 01-05-2025

Dieta	śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	zupa mleczna z płatkami owsianymi masło 82% ser żółty pasztet drobiowy pieczony chleb pszenny jablko pieczone herbata z cukrem	200ml 10g 10g 20g 60g 100g 250ml	1, 7 7 7 1,3 1	
	II ŚNIADANIE			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	kaszka manna z sokiem	200ml	7	
	OBIAD			
Dieta kod Podstawowa (P1)	zupa: marchwianka z lanymi kluseczkami schab duszony z warzywami fasolka szparagowa z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	200ml 60g 100g 80g 250ml	1,3,7,9 1,9	duszenie
dieta kod Łatwostrawna (P2)	zupa : marchwianka z lanymi kluseczkami medaliony drobiowe w sosie koperkowym brokuł gotowany z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	200ml 60g 100g 80 g 250ml	1,3,7,9 1,7	gotowane
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	chleb pszenny, razowy masło 82% wędlina drobiowa jajko tarte jablko z marchewką kawa mleczna	60g 10g 20g 1/2 szt 100g 250ml	1 7 3 7	
	PODWIECZOREK			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	kisiel owocowy	100g		
dieta Kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	II KOLACJA jogurt naturalny owocowy	130g	7	

Dobry posiłek Jadłospis 10-dnowy 01-05-2025 do 10-05 -2025 dla dzieci 12-36 m-cy

piątek 02-05-2025

dieta	Śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	zupa mleczna z kaszą jęczmienną masło 82% pasta jajeczna ze szczypiorkiem chleb pszenny ,razowy banan herbata z cukrem	200ml 10g 30g 60g 100g 250ml	1, 7 7 3 1	
	I I ŚNIADANIE			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	kaszka manna z sokiem	130g	7	
	OBIAD			
dieta kod Podstawowa (P1)	zupa: ryżanka naleśniki z twarogiem kompot mix owoców	200ml 120 g 250ml	9 1,3,7	
dieta kod Łatwostrawna (P2)	zupa: ryżanka pulpet rybny w sosie koperkowym marchewka gotowana z groszkiem z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owocowy	200ml 60g 100g 80 g 250ml	9 4,3,7 7	gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	chleb pszenny, razowy masło 82% twarożek jabłko pieczone kakao z cukrem	60g 10g 30g 100g 250ml	1 1 7 7	
	Podwieczorek			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	jogurt owocowy	100g	7	
dieta Kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	II kolacja budyń waniliowy	100g	7	

Dobry posiłek Jadłospis 10-dnowy 01-05-2025 do 10-05 -2025 dla dzieci 12-36 m-cy

sobota 03-05-2025

dieta	śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	zupa mleczna z zacierką na mleku masło 82% ser żółty wędlina wieprzowa chleb pszenny ,razowy banan kakao z cukrem	200ml 10g 20g 10g 60g 100g 250ml	1,3,7 7 7 1 7	
	II śniadanie			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	galaretka owocowa z jabłkiem	100g		
	OBIAD			
dieta kod podstawowa (1)	zupa : grysikowa gulasz wieprzowy z warzywami buraczki z olejem słonecznikowym kasza jęczmienna woda z miodem i cytryną	200ml 60g 100g 60g 250ml	1,7,9 1,9 7 1	duszenie
dieta kod Łatwostrawna (P2)	zupa: grysikowa filet drobiowy gotowany w sosie warzywnym buraczki z olejem ziemniaki z koperkiem woda z miodem i cytryną	200ml 60g 100g 80g 250ml	1,7,9 1,9	gotowanie
	KOLACJA			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	chleb razowy, pszenno masło 82% pasta z ryby gotowanej z warzywami jabłko gotowane kakao	60g 10g 30g 100g 250ml	1 7 4,9 7	
	PODWIECZOREK			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	tarta marchewka z jabłkiem	100g		
dieta Kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	II kolacja jogurt naturalny	100g	7	

Dobry posiłek Jadłospis 10-dnowy 01-05-2025 do 10-05 -2025 dla dzieci 12-36 m-cy

Niedziela 04-05-2025

diety	Śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
Dieta kod: Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	zupa mleczna z kaszą manną masło 82% jajko gotowe chleb pszenny ,razowy banan herbata z cukrem	200ml 10g 1 szt 60g 100g 250ml	1,7 7 3 1	
	II ŚNIADANIE			
Dieta kod: Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	galaretka owocowa	100g		
	OBIAD			
Dieta kod Podstawowa (P1)	Zupa :rosół z makaronem filet drobiowy gotowany w sosie pomidorowy ziemniaki z koperkiem jablko gotowane woda z cytryną i miodem	200ml 60g 80g 100g 250ml	1,3,7,9 1,7	gotowane
Dieta kod Łatwostrawna (P2)	zupa : rosół z makaronem filet drobiowy gotowany w sosie warzywnym szpinak z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem woda z miodem i cytryną	200ml 0G 100g 80g 250ml	1,3,7,9 1,7,9	gotowanie
	KOLACJA			
Dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	chleb pszenny, razowy masło 82% serdelki drobiowe na gorąco banan kawa mleczna,, Inka ,, z cukrem	60g 10g 40g 100g 250ml	1 7 7	
	PODWIECZOREK			
Dieta kod: Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	jablko pieczone	100g		
Dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	II kolacja : deser mleczny	100g	7	

Dobry posiłek Jadłospis 10-dnowy 01-05-2025 do 10-05 -2025 dla dzieci 12-36 m-cy

Poniedziałek 05-05-2025

Dieta	Śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
Dieta kod: Dieta podstawowa (P1) Dieta łatwostrawna (P2)	zupa mleczna z płatkami owsianymi masło 82% pasta mięsna (wieprzowa) z warzywami chleb pszenny ,razowy jablko pieczone herbata z cukrem	200ml 10g 30g 60g 100g 250ml	1,7 7 1,9 1	
	II ŚNIADANIE			
Dieta kod: Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	jogurt naturalny	100g	7	
	OBIAD			
Dieta kod Podstawowa (P1)	zupa: brokułowa pulpeciki wieprzowe w sosie koperkowym buraczki z olejem słonecznikowym ryż kompot z jabłek	200ml 60 g 100g 60g 250ml	1,7,9 1,3	gotowanie
Dieta kod Łatwostrawna (P2)	zupa :brokułowa pulpeciki wieprzowe w sosie buraczki z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot z jabłek	200ml 60g 100g 80g 250ml	1,79 1,3,7	gotowanie
	KOLACJA			
Dieta kod: Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	chleb pszenny, razowy masło 82% makaron zapiekany z jabłkami kawa mleczna „ Inka „	60g 10g 100g 250g	1 7 1,3 7	
	Podwieczorek			
Dieta kod: Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	kisiel owocowy	100g		
Dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	II kolacja drożdżówka z owocami	100g	1	

Dobry posiłek Jadłospis 10-dnowy 01-05-2025 do 10-05 -2025 dla dzieci 12-36 m-cy

wtorek 06-05-2025

Dieta	ŚNADANIE	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
Dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	zupa mleczna z makaronem masło 82% pieczeń rzymska z warzywami chleb pszenny ,razowy mandarynka herbata z cukrem	200ml 10g 20g 60g 100g 250ml	1,3,7 7 1,3,9 1	
	II ŚNIADANIE			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	sok warzywny	200ml		
	OBIAD			
Dieta kod Podstawowa (P1)	zupa: pomidorowa z ryżem pierś z kurczaka duszona z warzywami marchewka gotowana makaron kompot mix owoców	200ml 60 g 100 g 60g 250ml	7,9 1,9 1 1,3	gotowanie
Dieta kod Łatwostrawna (P2)	zupa :pomidorowa z ryżem pierś z kurczaka gotowany w sosie marchewka gotowana ziemniaki z koperkiem kompot mix owocowy	200ml 60g 100g 80g 250ml	7,9 1,7 1	gotowanie
	KOLACJA			
Dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	chleb pszenny, żytni masło 82% twarożek wędlina drobiowa banan herbata z cukrem	60g 10g 20g 10g 80g 250 ml	1 7 7	
	Podwieczorek			
Dieta kod: Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	Jogurt owocowy	130g	7	
Dieta Kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	II kolacja budyń waniliowy	130g	7	

Dobry posiłek Jadłospis 10-dnowy 01-05-2025 do 10-05 -2025 dla dzieci 12-36 m-cy

Środa 07-05-2025

dieta	Śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
Dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	zupa mleczna z ryżem masło 82% pasta mięsna z warzywami chleb pszenny papryka herbata z cukrem	200ml 10g 30g 60g 100g 250ml	7 7 9 1	
	ŚNIADANIE II			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	galaretka owocowa	130g		
	OBIAD			
Dieta kod Podstawowa (P1)	zupa: grysikowa udko z kurczaka pieczone brokuł gotowany z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	200ml 60g 100 g 80g 250ml	1,9	pieczenie
	OBIAD			
Dieta k Łatwostrawna (P2)	zupa grysikowa udko z kurczaka gotowane w sosie warzywa gotowane na parze z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	200ml 60g 100g 80g 250ml	1,9 1,7	gotowanie
	KOLACJA			
Dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	chleb pszenny, razowy masło 82% jajka gotowane jablko kawa mleczna „ Inka „, z cukrem	60g 10g 1szt 100g 250ml	1 7 3 7	
	Podwieczorek			
diet kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	budyń waniliowy	130g	7	
Dieta Kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	II kolacja : Kisiel owocowy	100g		

Dobry posiłek Jadłospis 10-dnowy 01-05-2025 do 10-05 -2025 dla dzieci 12-36 m-cy

czwartek 08-05-2025

dieta	śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	zupa mleczna zacierką na mleku masło 82% chleb pszenny, razowy pieczeń rzymska z warzywami wędlina drobiowa banan herbata z cukrem	200ml 10g 10g 10g 20g 100 g 250ml	1,3,7 7 1 1,3,9	
	II ŚNIADANIE			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	jogurt owocowy	130g		
	OBIAD			
Dieta kod Podstawowa (P1)	zupa: brokułowa makaron z serem jabłko pieczone kompot mix owoców	200ml 60g 40g 250ml	1,7,9 1,3,7	gotowanie
Dieta kod Łatwostrawna (P2)	zupa brokułowa gulasz wieprzowy w sosie warzywnym jabłko pieczone kasza jęczmienna kompot mix owoców	200ml 60g 100g 40g 250g	1,7,9 1,9 1	gotowanie
	KOLACJA			
Dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	chleb pszenny ,razowy masło 82% twarożek z rzodkiewką jajko kawa mleczna z cukrem jabłko pieczone	60g 10g 30g ½ szt 250ml 100g	1 7 7 3 7	
	PODWIECZOREK			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	wafle ryżowe razowe	15g	1	
Dieta Kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	II kolacja Kaszka manna na gęsto	100g	7,1	

Dobry posiłek Jadłospis 10-dnowy 01-05-2025 do 10-05 -2025 dla dzieci 12-36 m-cy

Piątek 09-05-2025

dieta	Śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	zupa mleczna zacierką masło 82% pasta z twarogu i ryby chleb pszenny, razowy jablko pieczone herbata z cukrem	200ml 10g 20g 60g 100g 250ml	1,3, 7 7 4, 7 1	
	II ŚNIADANIE			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	galaretka z jabłkiem	100g		
	OBIAD			
dieta kod Podstawowa (P1)	zupa: jarzynowa pulpet (drobiowy)gotowany w sosie marchewka gotowana ziemniaki z koperkiem kompot z jabłek	200ml 60g 100g 80g 250ml	1,7,9 1,3 1	pieczenie
dieta kod Łatwostrawna (P2)	zupa: jarzynowa udko z kurczaka duszone w sosie warzywnym marchewka gotowana z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot z jabłek	200ml 60g 100g 80g 250ml	1,3,,9 1,7,9	gotowanie
	KOLACJA			
dieta Kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	chleb pszenny, razowy masło 82% ryż zapiekany z jabłkiem banan kawa mleczna „ Inka „z cukrem	60g 10g 100g 100g 250ml	1 7 7	
	PODWIECZOREK			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	pieczywo razowe chrupkie	15g	1	
Dieta Kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	II kolacja budyń waniliowy	100g	7	

Dobry posiłek Jadłospis 10-dnowy 01-05-2025 do 10-05 -2025 dla dzieci 12-36 m-cy

Sobota 10-05 -2025

dieta	Śniadanie	gramatura	alergeny	obróbka termiczna posiłku
Dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	zupa mleczna z ryżem masło 82% pasta mięsna (wieprzowa)z warzywami chleb pszenny papryka herbata z cukrem	200ml 10g 30g 60g 100g 250ml	7 7 9 1	
	ŚNIADANIE II			
dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	galaretka owocowa	130g		
	OBIAD			
Dieta kod Podstawowa (P1)	zupa: grysikowa udko z kurczaka pieczone brokuł gotowany z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	200ml 60g 100 g 80g 250ml	1,9	pieczenie
	OBIAD			
Dieta k Łatwostrawna (P2)	zupa grysikowa udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym warzywa gotowane na parze z olejem słonecznikowym ziemniaki z koperkiem kompot mix owoców	200ml 60g 100g 80g 250ml	1,9 1,7	gotowanie
	KOLACJA			
Dieta kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	chleb pszenny, razowy masło 82% jajka gotowane jablko kawa mleczna „ Inka „, z cukrem	60g 10g 1szt 100g 250ml	1 7 3 7	
	Podwieczorek			
diet kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	budyń waniliowy	130g	7	
Dieta Kod Podstawowa (P1) Łatwostrawna (P2)	II kolacja : Kisiel owocowy	100g		

Średnia wartość energetyczna i odżywcza dla diety dzieci 24-36 m-cy: dieta podstawowa kod diety (P1) dieta łatwostrawna kod diety (P2)

Energia 1000ckal, Białko 37g, Węglowodany 130g w tym cukry (mono-i disacharydy)15g , tłuszcze 39g(w tym kw tł nasycone 10g), błonnik 10g, sól 750mg

LEGENDA ALERGENÓW

Lista alergenów 1-gluten,2-skorupiaki, 3-jajka, 4-ryby, 5-orzeszki ziemne e, 6- soja, 7- mleko i jego pochodne, 8- orzechy, 10-gorczyca, 11- nasiona sezamu,12- siarczany, 13- lubin 14 mięczaki