

piątek (2024-03-29)		sobota (2024-03-30)		niedziela (2024-03-31)	
Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie	
Pasta z jają i wędliną 50g (JAJ) Pieczywo mieszane 130g (GLU) Masło 15g (MLE) Kleiki warzyw mieszanka 3g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.		Parówka na ciepło 1szt.(50g)(SOJ) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Ogórek zielony 50g. Czekolada na mleku 250ml.(MLE)		Twarożek ze szczyptą 80g.(MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Pomidor 50g. Kawa mleczna 250ml.(MLE)	
II Śniadanie		II Śniadanie		II Śniadanie	
Budyn śmietankowy 250ml.(GLU, MLE) Polewa czekoladowa 10ml.(MLE, GLU)		Galaretka owocowa 250ml. Paluszki stone 15g.		Sernik na kruchym spodzie 50g (GLU, JAJ, MLE) Soczek 1 szt.(200ml.)	
Obiad		Obiad		Obiad	
Zupa grochowa z makaronem 350ml.(GLU, JAJ, SEL) Filet z młodym panierowany 90g (SOJ) Ziemniaki 300g. Surówka z kiszzonej kapusty i marchwi 150g. Kompot z owoców sezonowych 250ml.		Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml.(GLU, JAJ, SEL) Pieczeń rzynska z sosem 90/100g.(JAJ, GLU) Ziemniaki 300g. Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i cebuli 150g. Kompot z owoców sezonowych 250ml.		Rosół z makaronem i zieleńką 350ml (SEL, GLU, JAJ) Udko gotowane w sosie własnym 175g.(GLU) Ziemniaki 300g. Marchew gotowana 200g. (GLU) Kompot z owoców sezonowych 250ml.	
Podwieczorek		Podwieczorek		Podwieczorek	
Jabłko 1szt.(250g)		Guszka 1szt.(150g) Biszkopki 30g.(GLU, JAJ, MLE)		Jabłko 1szt.(250g) Herbatniki Petit 1/2op.(50g)(JAJ, MLE, GLU)	
Kolacja		Kolacja		Kolacja	
Poledlwiczanka z warzywami 38g.(MLE, SOJ) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Rzodkiewka 30g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.		Filecik ziołisty 35g.(MLE, SOJ) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Sałata 30g. Czekolada na mleku 250ml.(MLE)		Polędwica Ani 20g.(SOJ) Ser topiony w trójkątach 1 szt. (17.5g)(MLE) Pieczywo mieszane 130g(GLU) Masło 15g.(MLE) Papryka słodka 50g. Herbata z cukrem i cytryną 250ml.	
Energia: Kcal 2420 = 10177 kJ Kcal z tłuszczu 24,38 % Kcal z białka 12,22 % Kcal z węglowodanów 66,74 %		Energia: Kcal 2715 = 11399 kJ Kcal z tłuszczu 31,13 % Kcal z białka 13,25 % Kcal z węglowodanów 57,43 %		Energia: Kcal 2827 = 11868 kJ Kcal z tłuszczu 28,22 % Kcal z białka 14,41 % Kcal z węglowodanów 58,99 %	

Wydrukowano z Programu zdrowiebiałowe.pl

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Pasta z jaj i wędliny 50g pieczywo graham 100 masło 15g Kiełki warzyw mieszanka 3g. herbata z cytryną 250ml	Pasta z jaj i wędliny 50g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Pasta z jaj i wędliny 30g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II śniadanie	Budyń śmietankowy 250ml	Budyń śmietankowy 250ml	Budyń śmietankowy 250ml
Obiad	kompot z owoców sezonowych 200ml	kompot z owoców sezonowych 200ml	kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jabłko 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Poleđwiczanek z warzywami 38g pieczywo graham 100 masło 15g Rzodkiewka 30g herbata z cytryną 250ml	Chuda wędlina 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Chuda wędlina 28g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Parówka na ciepło 1,5 szt pieczywo graham 100 masło 15g Ogórek zielony 50g herbata z cytryną 250ml	Parówka na ciepło 1szt pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Parówka na ciepło 1szt pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II śniadanie	Galaretka owocowa 250ml Paluszki słone 15g	Galaretka owocowa 250ml	Galaretka owocowa 250ml
Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml Pieczeń rzymska z sosem 90/100g Ziemniaki 300g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i cebuli 150g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa ryżowa 350ml Pulpet w sosie koperkowym Ziemniaki 300g Warzywa gotowane 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Zupa ryżowa 250ml Pulpet w sosie koperkowym Ziemniaki 200g Warzywa gotowane 150g kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Gruszka 1szt Biskopity 30g	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Filecik złocisty 35g pieczywo graham 100 masło 15g Sałata 30g herbata z cytryną 250ml	Filecik złocisty 35g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Filecik złocisty 25g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml

Jadłospis dla Ośrodka Pediatrycznego im. M. Konopnickiej w Łodzi

	Dieta cukrzycowa	Dieta lekkostrawna	Dieta do II roku życia
I śniadanie	Twarożek ze szczyptorkiem 200g pieczywo graham 100 masło 15g pomidor 50g herbata z cytryną 250ml	Twarożek ze szczyptorkiem 80g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Twarożek ze szczyptorkiem 60g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml
II śniadanie	Sernik na kruchym spodzie 50G Soczek 150ml	Chrupki 30g Soczek 1szt	Chrupki 30g Soczek 1szt
Obiad	Rosół z makaronem i zieleciną 350ml Udko gotowane w sosie własnym 175g Ziemniaki 300g Marchew gotowana 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Bulion z płatkami jęczmiennymi 350ml Udko gotowane w sosie własnym 175g Ziemniaki 300g Marchew gotowana 200g kompot z owoców sezonowych 200ml	Bulion z płatkami jęczmiennymi 250ml Udko gotowane w sosie własnym 175g Ziemniaki 300g Marchew gotowana 150g Kompot z owoców sezonowych 200ml
Podwieczorek	Jabłko 1szt Wafle nadziewane b/c	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt
Kolacja	Polędwica Ani 20g Ser topiony w trójkątach 1 szt pieczywo graham 100 masło 15g papryka czerwona 50g herbata z cytryną 250ml	Polędwica Ani 38g pieczywo jasne 130g masło roślinne 15g herbata z cytryną 250ml	Zupa mleczna 250ml Polędwica Ani 28g pieczywo jasne 100g masło 10g herbata z cytryną 250ml