

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 16.05.26 – 25.05.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 1

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 2003.4 kcal B 86.9 g T 66.5 g W 281.4 g SFA 30.8 g Cukry 45.6 g Sól 6.5 g Błonnik 34.8 g</p>	<p>Twaróg z koperkiem P 70g (7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomidory, czerwone 50g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) Szynkowa prasowana P 50g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Udziec z kurczaka duszony z pieczarkami P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)</p> <p>Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1)</p> <p>Marchewka z groszkiem P 120g (1, 7)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>pomarańcza 150g; ogórek 50g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) pierś z kurczaka w ziołach P 30g; masło ekstra 82% P 20g; (7) ser Favita P 20g; (7) sałata masłowa P 5g;</p>	<p>Owsianka z malinami PCZ 250g (1, 7)</p>	<p>Super Body Activ jogurt bez laktozy, bez dod. cukru P 250g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy P 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1869.0 kcal B 77.5 g T 63.5 g W 259.2 g SFA 31.3 g Cukry 41.8 g Sól 5.4 g Błonnik 25.6 g</p>	<p>Twaróg z koperkiem P 70g (7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1)</p> <p>Szynka duszona w sosie własnym dieta P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Cukinia duszona z marchewką diet P 120g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>pomarańcza 150g; chleb zwykły P 100g; (1) pierś z kurczaka w ziołach P 30g; masło ekstra 82% P 20g; (7) ser Favita P 20g; (7) sałata masłowa P 5g;</p>	<p>Owsianka z malinami PCZ 200g (1, 7)</p>	<p>Super Body Activ jogurt bez laktozy, bez dod. cukru P 250g; (7)</p>

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 16.05.26 – 25.05.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 2

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 2077.2 kcal B 97.5 g T 65.0 g W 289.5 g SFA 27.0 g Cukry 77.3 g Sól 6.5 g Błonnik 29.3 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; jogurt naturalny P 100g: (7) Chleb żytni razowy P 50g: (1) chleb zwykły P 50g: (1) ogórek 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (1, 2, 6, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g: (7) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Krupnik z ziemniakami P 250g (1, 9) Filet z piersi kurczaka w sosie szpinakowym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Buraczki z nasionami słonecznika - sałatka P 120g ziemniaki 150g;</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 50g (3) Sos tatarski P 50g (3, 10) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) banan 150g; Chleb żytni razowy P 50g: (1) chleb zwykły P 50g: (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kasza manna z musem jabłkowym P 250g (1, 7)</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g: (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy P 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1887.6 kcal B 84.1 g T 61.6 g W 258.7 g SFA 27.3 g Cukry 75.2 g Sól 5.6 g Błonnik 21.5 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; jogurt naturalny P 100g: (7) chleb zwykły P 80g: (1) pomidory, czerwone 50g; Deliser Ser twarogowy P 40g: (7) Szynkowa drobiowa P 30g; (1, 2, 6, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g: (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Krupnik z ziemniakami P 250g (1, 9) Filet z piersi kurczaka w sosie szpinakowym P 150g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Buraczki - sałatka P 120g ziemniaki 150g;</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 25g (3) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) banan 150g; chleb zwykły P 80g: (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kasza manna na gęsto z musem jabłkowym PCZ 200g (1, 7)</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g: (7)</p>

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 16.05.26 – 25.05.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 3

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1975,8 kcal B 97,1 g T 65,4 g W 266,8 g SFA 30,1 g Cukry 67,6 g Sól 6,6 g Błonnik 36,4 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku P 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; ogórek 50g; papryka czerwona świeża P 50g; chleb zwykły P 40g; (1)</p> <p>Chleb żytni razowy P 40g; (1)</p> <p>Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) ser żółty Salami P 20g; (7) masło ekstra 82% P 10g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Pomidorowa z makaronem PCZ 250g (1, 7, 9)</p> <p>Pierś ala pizza P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)</p> <p>Surówka z marchewki z olejem 120g</p> <p>ziemniaki P 200g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Twaróg z nasionami dyni i pietruszką P 60g (7)</p> <p>jabłko 200g;</p> <p>Chleb żytni razowy P 40g; (1)</p> <p>chleb zwykły P 40g; (1)</p> <p>Szynkowa drobiowa P 30g; (1, 2, 6, 7, 9, 10)</p> <p>masło ekstra 82% P 15g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kanapka z szynką i warzywami P 150g (1, 2, 6, 7, 9, 10)</p>	<p>jogurt naturalny P 100g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy P 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1835,0 kcal B 80,0 g T 60,4 g W 255,1 g SFA 27,8 g Cukry 60,3 g Sól 6,5 g Błonnik 26,0 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku P 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1)</p> <p>tomat, czerwone 50g;</p> <p>Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7)</p> <p>masło ekstra 82% P 15g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Pomidorowa z makaronem PCZ 250g (1, 7, 9)</p> <p>Pulpet drobiowy z warzywami w sosie koperkowym PCZ 200g (1, 3)</p> <p>Surówka z marchwi z olejem P 120g</p> <p>ziemniaki P 150g;</p>	<p>Twaróg z pietruszką P 50g (7)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Jabłko pieczone PCZ 200g</p> <p>chleb zwykły P 80g; (1)</p> <p>Szynkowa drobiowa P 30g; (1, 2, 6, 7, 9, 10)</p> <p>masło ekstra 82% P 10g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kanapka z szynką i warzywami dieta P 140g (1, 2, 6, 7, 9, 10)</p>	<p>jogurt naturalny P 100g; (7)</p>

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 16.05.26 – 25.05.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 4

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 2047.0 kcal B 97.3 g T 62.4 g W 289.4 g SFA 32.4 g Cukry 67.5 g Sól 6.0 g Błonnik 31.8 g</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 50g (3) Bukiet świeżych warzyw P 90g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 40g; (1) Chleb żytni razowy P 40g; (1) Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7)</p>	<p>Zraziki z soczewicą duszone w sosie własnym P 200g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Kasza pęczak z warzywami P 150g (1) Buraczki - sałatka P 120g Zupa jarzynowa dieta P 250g (1, 7, 9)</p>	<p>Sałatka makaronowa z tuńczykiem P 150g (1, 3, 4, 10) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Chleb żytni razowy P 40g; (1) chleb zwykły P 40g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>banan 150g; Serek wiejski P 150g; (7)</p>	<p>kefir 1,5% P (200g) 200g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy P 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1855.4 kcal B 92.6 g T 62.2 g W 240.9 g SFA 42.4 g Cukry 73.8 g Sól 6.3 g Błonnik 21.4 g</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 25g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Serek wiejski P 150g; (7) chleb zwykły P 80g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 10g;</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Zraziki z mięsa mielonego(W/D) duszone w sosie pietruszkowym P 150g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Buraczki - sałatka P 120g ziemniaki P 150g;</p>	<p>Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem P 50g (4, 7) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) banan 150g; chleb zwykły P 80g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Serek wiejski P 150g; (7)</p>	<p>sok jabłkowy P 200g;</p>

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 16.05.26 – 25.05.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 5

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 2104.4 kcal B 98.8 g T 66.4 g W 294.9 g SFA 28.5 g Cukry 67.5 g Sól 6.2 g Błonnik 35.8 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7)</p> <p>Twaróg z suszonymi pomidorami i słonecznikiem P 70g (7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; jabłko 150g; chleb zwykły P 50g; (1) Chleb żytni razowy P 50g; (1) Szynkowa prasowana P 20g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem P 250g (1, 3, 7, 9)</p> <p>Sałata z sosem z maślanek PCZ 80g (7)</p> <p>Gulasz z warzyw z cieciorą P 150g (1, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Makaron pełnoziarno gotowany P 150g (1, 6)</p>	<p>Galaretka z kurczaka z warzywami P 95g (9)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>koktajl białkowy z truskawkami P 250g (1, 7)</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy P 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1941.5 kcal B 88.8 g T 58.8 g W 277.0 g SFA 31.2 g Cukry 92.4 g Sól 5.1 g Błonnik 28.9 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7)</p> <p>Twaróg z koperkiem P 50g (7)</p> <p>Jabłko pieczone PCZ 150g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 10g;</p>	<p>Gulasz drobiowy z warzywami P 150g (1)</p> <p>Sałata z sosem z maślanek PCZ 80g (7)</p> <p>Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem P 250g (1, 3, 7, 9)</p> <p>ziemniaki P 200g;</p>	<p>Galaretka z kurczaka z warzywami P 95g (9)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>pomarańcza P 150g; chleb zwykły P 80g; (1) masło ekstra 82% P 20g; (7) ser Favita P 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>banan 150g;</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)</p>

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 16.05.26 – 25.05.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 6

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1943.5 kcal B 90.1 g T 60.8 g W 274.4 g SFA 24.7 g Cukry 69.1 g Sól 5.7 g Błonnik 34.0 g</p>	<p>Kluski lane na mleku P 250g (1, 3, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; ogórek 50g; chleb zwykły P 40g; (1)</p> <p>Chleb żytni razowy P 40g; (1)</p> <p>Szynkowa drobiowa P 30g; (1, 2, 6, 7, 9, 10)</p> <p>Ser topiony plastry P 18g; (7)</p> <p>masło ekstra 82% P 15g; (7)</p> <p>sałata masłowa 10g;</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Surówka z marchwi z olejem P 120g</p> <p>Kompot P 250g</p> <p>Roladka drobiowa z cukinią gotowana w sosie koperkowym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>ziemniaki 250g;</p>	<p>Ryba po grecku P diet 150g (4, 9)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Szynkowa prasowana P 40g; (2, 7, 9, 10)</p> <p>Chleb żytni razowy P 40g; (1)</p> <p>chleb zwykły P 40g; (1)</p> <p>masło ekstra 82% P 15g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Ryż na mleku z owocami P 250g (7)</p>	<p>jogurt naturalny P 100g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy P 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1949.8 kcal B 88.0 g T 66.7 g W 261.8 g SFA 27.8 g Cukry 70.9 g Sól 5.6 g Błonnik 26.8 g</p>	<p>Kluski lane na mleku P 250g (1, 3, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1)</p> <p>pomidory, czerwone 50g;</p> <p>Szynkowa drobiowa P 30g; (1, 2, 6, 7, 9, 10)</p> <p>masło ekstra 82% P 20g; (7)</p> <p>Deliser Ser twarogowy P 18g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Surówka z marchwi z olejem P 120g</p> <p>Kompot P 250g</p> <p>Roladka drobiowa z cukinią gotowana w sosie koperkowym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>ziemniaki 150g;</p>	<p>Ryba po grecku P diet 150g (4, 9)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>chleb zwykły P 80g; (1)</p> <p>Szynkowa prasowana P 40g; (2, 7, 9, 10)</p> <p>masło ekstra 82% P 15g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Ryż na mleku z musem jabłkowym P 250g (7)</p>	<p>jogurt naturalny P 100g; (7)</p>

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 16.05.26 – 25.05.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 7

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 2050.8 kcal B 98.8 g T 60.5 g W 293.3 g SFA 29.8 g Cukry 47.9 g Sól 6.2 g Błonnik 34.3 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku P 250g (1, 7) Jajko gotowane PCZ 50g (3)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Selerowa z makaronem i cieciorką P 250g (1, 9) Klopsiki rybne duszone w sosie pomidorowym P 150g (1, 3, 4, 7) Bukiet warzyw gotowany P 120g ziemniaki 150g;</p>	<p>Twaróg z rzodkiewkami i szczypiorkiem P 70g (7)</p> <p>herbata czarna, napar bez cukru P 250g; jabłko 150g; chleb zwykły P 50g; (1) ogórek 50g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) szynka drobiowa 30g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kanapka z kurczakiem i warzywami P 150g (1, 7)</p>	<p>Super Body Activ jogurt bez laktozy, bez dod. cukru P 250g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy P 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1982.2 kcal B 87.6 g T 62.8 g W 278.6 g SFA 29.1 g Cukry 42.7 g Sól 6.1 g Błonnik 26.6 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku P 250g (1, 7) Jajko gotowane PCZ 25g (3)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 40g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Klopsiki rybne duszone w sosie pomidorowym P 200g (1, 3, 4, 7) Bukiet warzyw gotowany P 120g Selerowa z makaronem P 250g (1, 7, 9) ziemniaki 200g;</p>	<p>Twaróg z koperkiem P 70g (7)</p> <p>herbata czarna, napar bez cukru P 250g; jabłko 150g; chleb zwykły P 80g; (1) szynka drobiowa 30g; masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kanapka z szynką i warzywami dieta P 150g (1, 2, 6, 7, 9, 10)</p>	<p>Super Body Activ jogurt bez laktozy, bez dod. cukru P 250g; (7)</p>

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 16.05.26 – 25.05.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 8

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 2018.0 kcal B 86.6 g T 68.1 g W 280.3 g SFA 28.1 g Cukry 59.2 g Sól 7.9 g Błonnik 31.4 g</p>	<p>Bukiet świeżych warzyw P 90g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) Szynka śniadaniowa P 50g; (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 40g; (7) masło ekstra 82% P 10g; (7)</p>	<p>Pieczeń rzymska w sosie własnym P 150g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1)</p> <p>Buraczki - sałatka P 120g</p> <p>Zupa marchwiowa z ziemniakami i słonecznikiem P 250g (1, 7, 9)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>gruszka P 150g; pomidory, czerwone 100g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) ser Favita P 40g; (7) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kakao na mleku P 200g (7)</p> <p>Ciasto drożdżowe z kruszonką P 50g (1, 3, 7)</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy P 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1847.2 kcal B 81.0 g T 63.0 g W 250.2 g SFA 26.6 g Cukry 51.5 g Sól 7.1 g Błonnik 23.1 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; pomarańcza 150g; chleb zwykły P 80g; (1) Szynka śniadaniowa P 40g; (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 40g; (7) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa marchwiowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Pieczeń rzymska w sosie własnym P 150g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1)</p> <p>Buraczki - sałatka P 120g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>tomat, czerwony 100g; chleb zwykły P 80g; (1) ser Favita P 40g; (7) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Ciasto drożdżowe z kruszonką i P 50g (1, 3, 7)</p> <p>Kakao na mleku P 150g (7)</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)</p>

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 16.05.26 – 25.05.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 9

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 2057.2 kcal B 102.0 g T 65.6 g W 280.0 g SFA 37.7 g Cukry 80.7 g Sól 7.4 g Błonnik 33.3 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; ogórek 70g; chleb zwykły P 50g; (1) Chleb żytni razowy P 50g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) ser żółty Salami P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 10g;</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Pierś z kurczaka opiekana w cieście naleśnikowym 150g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej P 100g</p> <p>Marchewka gotowana słupki P 100g (7)</p> <p>ziemniaki 150g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem P 50g (4, 7)</p> <p>pomarańcza 150g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Serek wiejski P 150g; (7) banan 150g;</p>	<p>kefir 1,5% P (200g) 200g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy P 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1967.2 kcal B 91.7 g T 65.3 g W 266.3 g SFA 34.9 g Cukry 89.8 g Sól 5.9 g Błonnik 28.3 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Serek wiejski P 150g; (7) chleb zwykły P 80g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Udka faszerowane włoszczyzną, gotowane w sosie pietruszkowym P 200g (1, 7, 9)</p> <p>Marchewka gotowana słupki P 120g (7)</p> <p>ziemniaki P 150g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem P 50g (4, 7)</p> <p>pomarańcza 150g; chleb zwykły P 80g; (1) Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>banan 200g;</p>	<p>kefir 1,5% P (200g) 200g; (7)</p>

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 16.05.26 – 25.05.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 10

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 2085.4 kcal B 93.0 g T 70.6 g W 286.3 g SFA 31.0 g Cukry 37.0 g Sól 7.1 g Błonnik 32.5 g</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 50g (3) Bukiet świeżych warzyw P 90g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 50g; (1) Chleb żytni razowy P 50g; (1) szynka drobiowa 30g; masło ekstra 82% P 15g; (7)</p>	<p>Koperkowa z makaronem P 250g (1, 7, 9) Szynka duszona w sosie własnym dieta P 150g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Kasza gryczana z soczewicą P 150g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Surówka wielowarzywna z pestkami dyni P 120g (3, 7, 10)</p>	<p>Salatka jarzynowa P 150g (3, 9, 10) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Chleb żytni razowy P 50g; (1) ser Favita P 40g; (7) chleb zwykły P 40g; (1) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Naleśniki z serem i frużeliną P 200g (1, 3, 7)</p>	<p>Super Body Activ jogurt bez laktozy, bez dod. cukru P 250g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy P 16.05.26-25.05.26</p> <p>Razem E: 1969.1 kcal B 88.8 g T 62.4 g W 273.6 g SFA 32.4 g Cukry 69.9 g Sól 6.9 g Błonnik 23.7 g</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 25g (3) Jabłko pieczone PCZ 150g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 100g; (1) szynka drobiowa 50g; pomidory, czerwone 50g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Koperkowa z makaronem P 250g (1, 7, 9) Szynka duszona w sosie własnym dieta P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Cukinia duszona z marchewką diet P 120g ziemniaki P 200g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) pomarańcza 150g; jogurt naturalny P 150g; (7) chleb zwykły P 100g; (1) ser Favita P 40g; (7) Szynek prasowany P 40g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Budyń na mleku PCZ 250g (1, 3, 7)</p>	<p>Super Body Activ jogurt bez laktozy, bez dod. cukru P 250g; (7)</p>