

# Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 01.04.26 – 10.04.26.

Dział Żywienia  
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 1

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 01.04.26 - 10.04.26 P</p> <p>Razem E: 2020.7 kcal   B 100.1 g   T 68.4 g   W 267.1 g   SFA 27.2 g   Cukry 74.9 g   Sól 6.9 g   Błonnik 33.9 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, napar bez cukru P 250g; jabłko 150g; pomidory, czerwone 50g; chleb zwykły P 40g; (1) Kiełbasa szynkowa P 40g; (1, 2, 7, 9, 10) Chleb żytni razowy P 40g; (1) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Marchwiowa z cukinią i makaronem PCZ 250g (1, 7, 9)</p> <p>Filet z piersi kurczaka duszony w sosie własnym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)</p> <p>Bukiet warzyw gotowany P 120g</p> <p>ziemniaki P 150g;</p>	<p>Pasta z makreli wędzonej P 70g (3, 10)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>pomarańcza P 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 P 5g;</p>	<p>koktajl białkowy z truskawkami P 250g (1, 7)</p>	<p>jogurt naturalny P 150g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 01.04.26-10.04.26</p> <p>Razem E: 1941.8 kcal   B 88.3 g   T 64.6 g   W 265.0 g   SFA 30.6 g   Cukry 87.4 g   Sól 5.1 g   Błonnik 28.4 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; jabłko 150g; chleb zwykły P 80g; (1) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa szynkowa P 40g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Marchwiowa z cukinią i makaronem PCZ 250g (1, 7, 9)</p> <p>Filet z piersi kurczaka duszony w sosie własnym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)</p> <p>Bukiet warzyw gotowany P 120g</p> <p>ziemniaki P 150g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>pomarańcza 150g; chleb zwykły P 80g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) dżem porcjowany o obn. zaw. cukrów P 25g; masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa P 5g;</p>	<p>koktajl białkowy z truskawkami P 250g (1, 7)</p>	<p>jogurt naturalny P 150g; (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 01.04.26 – 10.04.26.

Dział Żywnienia  
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 2

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 01.04.26 - 10.04.26 P</p> <p>Razem E: 2083.7 kcal   B 104.4 g   T 63.0 g   W 291.1 g   SFA 27.4 g   Cukry 58.1 g   Sól 6.3 g   Błonnik 31.8 g</p>	<p>Kluski lane na mleku P 250g (1, 3, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; papryka czerwona świeża P 50g; chleb zwykły P 40g; (1) Chleb żytni razowy P 40g; (1) Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa jarzynowa dieta P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Pieczeń rzymska w sosie własnym podst. P 150g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Kasza gryczana z soczewicą P 150g (1, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Buraczki - sałatka P 120g</p>	<p>Sałatka z kurczakiem i sosem jogurtowym P 200g (1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)</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)</p>	<p>Ryż na mleku z musem jabłkowym P 250g (7)</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 01.04.26-10.04.26</p> <p>Razem E: 2098.7 kcal   B 97.6 g   T 65.6 g   W 289.7 g   SFA 30.4 g   Cukry 69.3 g   Sól 6.9 g   Błonnik 23.7 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) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa jarzynowa dieta P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Pieczeń rzymska w sosie własnym podst. P 200g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Buraczki - sałatka P 120g ziemniaki P 150g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Jabłko pieczone PCZ 150g chleb zwykły P 120g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 40g; (2, 7, 9, 10) ser Favita P 40g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Ryż na mleku z musem jabłkowym P 250g (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 01.04.26 – 10.04.26.

Dział Żywienia  
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 3

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 01.04.26 - 10.04.26 P</p> <p>Razem E: 2065.4 kcal   B 92.4 g   T 67.8 g   W 284.7 g   SFA 32.0 g   Cukry 71.7 g   Sól 5.5 g   Błonnik 28.9 g</p>	<p>Twaróg z pietruszką P 70g (7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; ogórek 70g; chleb zwykły P 50g; (1) Chleb żytni razowy P 50g; (1) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Krupnik z ziemniakami P 250g (1, 9) Klopsiki rybny w sosie koperkowym P 200g (1, 3, 4, 7) Sałata z sosem z maślanki PCZ 80g (7) ziemniaki P 150g;</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 50g (3) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) banan P 150g; papryka czerwona świeża P 50g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) ser żółty Salami P 30g; (7) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Owsianka z wiśniami P 300g (1, 7)</p>	<p>jogurt naturalny P 100g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 01.04.26-10.04.26</p> <p>Razem E: 1994.3 kcal   B 81.9 g   T 68.0 g   W 273.6 g   SFA 25.7 g   Cukry 68.3 g   Sól 5.3 g   Błonnik 22.1 g</p>	<p>Twaróg z pietruszką P 70g (7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) pomidory, czerwone 50g; ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Krupnik z ziemniakami P 250g (1, 9) Klopsiki rybny w sosie koperkowym P 200g (1, 3, 4, 7) Sałata z sosem z maślanki PCZ 80g (7) ziemniaki P 150g;</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 25g (3) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) banan 150g; chleb zwykły P 100g; (1) Deliser Ser twarogowy P 40g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Owsianka z brzoskwiniami P 250g (1, 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 01.04.26 – 10.04.26.

Dział Żywienia  
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 4

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 01.04.26 - 10.04.26 P</p> <p>Razem E: 2055.5 kcal   B 92.1 g   T 66.7 g   W 289.3 g   SFA 26.3 g   Cukry 68.9 g   Sól 6.8 g   Błonnik 36.3 g</p>	<p>Ryż na mleku PCZ 250g (7) 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) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) Deliser Ser twarogowy P 18g;</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym z 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1) Surówka z marchwi z olejem P 120g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; pomarańcza 150g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) pomidory, czerwone 50g; chleb zwykły P 50g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) Ser topiony plastry P 20g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>koktajl malinowo-bananowy P 250g (7)</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 01.04.26-10.04.26</p> <p>Razem E: 1949.8 kcal   B 88.1 g   T 61.4 g   W 274.7 g   SFA 25.7 g   Cukry 65.6 g   Sól 6.4 g   Błonnik 28.6 g</p>	<p>Ryż na mleku PCZ 250g (7) Jabłko pieczone PCZ 150g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 82% P 15g; (7)</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Surówka z marchwi z olejem P 120g Pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym z cukinią P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) pomidory, czerwone 50g; Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>koktajl malinowo-bananowy P 250g (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 01.04.26 – 10.04.26.

Dział Żywienia  
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 5

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 01.04.26 - 10.04.26 P</p> <p>Razem E: 2005.0 kcal   B 89.6 g   T 63.5 g   W 286.2 g   SFA 32.2 g   Cukry 57.8 g   Sól 7.8 g   Błonnik 35.0 g</p>	<p>Sos tatarski P 50g (3, 10) 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) ogórek 50g; Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 10g; (7)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Udki gotowane w sosie potrawkowym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12) Ryż gotowany P 150g Bukiet warzyw gotowany P 120g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; gruszka 150g; Serek wiejski P 150g; (7) chleb zwykły P 50g; (1) Chleb żytni razowy P 50g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kanapka z serkiem Favita i warzywami P 150g (1, 7)</p>	<p>kefir 1,5% P (200g) 200g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 01.04.26-10.04.26</p> <p>Razem E: 1820.2 kcal   B 83.4 g   T 61.4 g   W 244.0 g   SFA 33.7 g   Cukry 53.4 g   Sól 5.8 g   Błonnik 20.7 g</p>	<p>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 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7)</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Udki gotowane w sosie potrawkowym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12) Ryż gotowany P 150g Bukiet warzyw gotowany P 120g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; pomarańcza 150g; Serek wiejski P 150g; (7) chleb zwykły P 80g; (1) Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kasza manna na mleku PCZ 250g (1, 7)</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 01.04.26 – 10.04.26.

Dział Żywienia  
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 6

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 01.04.26 - 10.04.26 P</p> <p>Razem E: 2108,5 kcal   B 93,6 g   T 68,0 g   W 292,5 g   SFA 34,4 g   Cukry 81,4 g   Sól 7,1 g   Błonnik 27,7 g</p>	<p>Kasza manna na mleku PCZ 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Pomidorowa z ryżem P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Sznyceł drobiowy P 120g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Buraczki - sałatka P 120g</p> <p>ziemniaki P 150g;</p>	<p>Twaróg z oliwkami i koperkiem P 60g (7)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>gruszka 150g; Chleb żytni razowy P 40g; (1) chleb zwykły P 40g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Budyń jaglany z truskawkami P 250g (7)</p>	<p>maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu P 400g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 01.04.26-10.04.26</p> <p>Razem E: 2087,4 kcal   B 86,1 g   T 66,7 g   W 295,2 g   SFA 33,5 g   Cukry 96,0 g   Sól 6,4 g   Błonnik 22,1 g</p>	<p>Kasza manna na mleku PCZ 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Pomidorowa z ryżem P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Pulpet drobiowy z warzywami w sosie koperkowym PCZ 200g (1, 3)</p> <p>Buraczki - sałatka P 120g</p> <p>ziemniaki 150g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Twaróg z koperkiem P 60g (7)</p> <p>banan 150g; chleb zwykły P 80g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Budyń jaglany z truskawkami P 250g (7)</p>	<p>maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 400g; (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 01.04.26 – 10.04.26.

Dział Żywnienia  
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 7

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 01.04.26 - 10.04.26 P</p> <p>Razem E: 2112.7 kcal   B 99.8 g   T 70.7 g   W 285.2 g   SFA 33.2 g   Cukry 55.5 g   Sól 5.7 g   Błonnik 31.5 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7)</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 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Sos meksykański z czer.fasolą P 250g (1, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany 150g; (1)</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 50g (3)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza 150g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) ogórek 50g; Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Ciasto drożdżowe z kruszoną P 70g (1, 3, 7)</p> <p>Kakao na mleku P 250g (7)</p>	<p>serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 01.04.26-10.04.26</p> <p>Razem E: 2030.8 kcal   B 90.0 g   T 67.1 g   W 279.6 g   SFA 27.4 g   Cukry 90.8 g   Sól 5.3 g   Błonnik 29.6 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 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) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Bitki drobiowe w sosie jarzynowym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Surówka z marchwi z olejem P 120g</p> <p>ziemniaki P 250g;</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 25g (3)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; pomarańcza 170g; chleb zwykły P 80g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>banan 200g; jogurt naturalny P 150g; (7)</p>	<p>serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (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 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

# Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 01.04.26 – 10.04.26.

Dział Żywnienia  
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 8

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 01.04.26 - 10.04.26 P</p> <p>Razem E: 2083.8 kcal   B 91.7 g   T 68.1 g   W 295.4 g   SFA 31.3 g   Cukry 57.2 g   Sól 7.1 g   Błonnik 39.3 g</p>	<p>Ryż na mleku PCZ 250g (7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; jabłko 150g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) ser żółty Salami P 20g; (7) masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Selerowa z makaronem P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Gulasz z żołądków drobiowych P 150g (1, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1)</p> <p>Bukiet warzyw gotowany P 120g</p>	<p>Ryba po grecku P diet 150g (4, 9)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 50g; (1) Chleb żytni razowy P 50g; (1) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kanapka z serkiem Favita i warzywami P 150g (1, 7)</p>	<p>jogurt naturalny P 150g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 01.04.26-10.04.26</p> <p>Razem E: 2080.1 kcal   B 97.4 g   T 69.8 g   W 278.8 g   SFA 29.6 g   Cukry 63.3 g   Sól 5.9 g   Błonnik 26.4 g</p>	<p>Twaróg z pietruszką P 70g (7)</p> <p>Ryż na mleku PCZ 250g (7)</p> <p>Jabłko pieczone PCZ 150g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 100g; (1) Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) masło ekstra 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Selerowa z makaronem P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1)</p> <p>Bukiet warzyw gotowany P 120g</p> <p>Pieczeń drobiowa w sosie pietruszkowym P 200g (1, 3)</p>	<p>Ryba po grecku P diet 150g (4, 9)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Budyń na mleku PCZ 250g (7)</p>	<p>jogurt naturalny P 150g; (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 01.04.26 – 10.04.26.

Dział Żywnienia  
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 9

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 01.04.26 - 10.04.26 P</p> <p>Razem E: 2123,9 kcal   B 103,1 g   T 72,2 g   W 279,7 g   SFA 34,1 g   Cukry 71,2 g   Sól 8,1 g   Błonnik 29,4 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami dieta P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Szaszłyki drobiowe z warzywami P 230g (1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)</p> <p>Ryż gotowany P 150g</p> <p>Sałata z sosem z rukoli P 90g (9, 10, 11)</p>	<p>Sałatka jarzynowa P 150g (3, 9, 10)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Chleb żytni razowy P 40g; (1) chleb zwykły P 40g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Serek wiejski P 150g; (7) banan 150g;</p>	<p>serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 01.04.26-10.04.26</p> <p>Razem E: 2067,2 kcal   B 84,5 g   T 69,4 g   W 286,7 g   SFA 29,2 g   Cukry 88,2 g   Sól 5,8 g   Błonnik 21,4 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g; (2, 7, 9) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami dieta P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Udka faszerowane włoszczyzną, gotowane w sosie koperkowym P 195g (1, 7, 9)</p> <p>Ryż gotowany P 150g</p> <p>Sałata z sosem z maślanki PCZ 80g (7)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>banan 150g; chleb zwykły P 80g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>banan P 150g;</p>	<p>serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (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 01.04.26 – 10.04.26.

Dział Żywnienia  
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 10

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 01.04.26 - 10.04.26 P</p> <p>Razem E: 2066.3 kcal   B 97.5 g   T 64.0 g   W 291.0 g   SFA 26.9 g   Cukry 98.7 g   Sól 5.8 g   Błonnik 35.7 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku P 200g (1, 7) Jajko gotowane PCZ 25g (3)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; pomarańcza 150g; ogórek 50g; chleb zwykły P 40g; (1) Chleb żytni razowy P 40g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10)masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana z soczewicą P 250g (1, 2, 6, 7, 9, 10) Roladka drobiowa z papryką duszona w sosie własnym PC 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Brokuły gotowane PCZ 120g ziemniaki P 150g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; banan 150g; papryka czerwona świeża P 50g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) szynka drobiowa 50g; masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>koktajl truskawkowo-bananowy chia P 300g (7)</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 01.04.26-10.04.26</p> <p>Razem E: 1909.0 kcal   B 92.6 g   T 60.7 g   W 259.9 g   SFA 29.6 g   Cukry 70.4 g   Sól 5.7 g   Błonnik 28.0 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7) Jajko gotowane PCZ 25g (3)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; pomarańcza 150g; chleb zwykły P 80g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10)masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Brokuły gotowane PCZ 120g Roladka drobiowa z marchewką gotowana w sosie pietruszkowym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Zupa ziemniaczana- diety PCZ 300g (1, 7, 9) ziemniaki P 150g;</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; szynka drobiowa 50g; masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>koktajl truskawkowo-bananowy chia P 300g (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