

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 21.04.26 – 25.04.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 1

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 21.04.26-25.04.26</p> <p>Razem E: 2075.3 kcal B 88.2 g T 67.0 g W 294.5 g SFA 26.2 g Cukry 84.0 g Sól 6.8 g Błonnik 30.8 g</p>	<p>Twaróg z koperkiem P 70g (7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; pomarańcza 150g; chleb zwykły P 40g; (1)</p> <p>Chleb żytni razowy P 40g; (1)</p> <p>Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10)</p> <p>masło ekstra 82% P 10g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana- diety PCZ 250g (1, 7, 9)</p> <p>Kurczak w sosie słodko kwaśnym P 200g (1, 9)</p> <p>Ryż gotowany P 150g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej P 80g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Pasta z białej fasoli P 70g</p> <p>jabłko 150g; chleb zwykły P 40g; (1)</p> <p>Chleb żytni razowy P 40g; (1)</p> <p>szynka drobiowa 30g;</p> <p>ser Favita P 20g; (7)</p> <p>masło ekstra 82% P 10g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Ciasto drożdżowe z kruszoną i P 50g (1, 3, 7)</p> <p>Kakao na mleku P 200g (7)</p>	<p>maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu P 400g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O DZIECIĘCY 21.04.26-25.04.26 P</p> <p>Razem E: 1842.9 kcal B 81.0 g T 59.2 g W 255.8 g SFA 26.3 g Cukry 78.7 g Sól 6.6 g Błonnik 20.9 g</p>	<p>Twaróg z koperkiem P 70g (7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza 150g; chleb zwykły P 80g; (1)</p> <p>Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10)</p> <p>masło ekstra 82% P 10g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa ziemniaczana- diety PCZ 250g (1, 7, 9)</p> <p>Roladka drobiowa gotowana ze szpinakiem w sosie pietruszkowym P 150g (1)</p> <p>Ryż gotowany P 150g</p> <p>Buraczki - sałatka P 120g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>Jabłko pieczone PCZ 150g</p> <p>chleb zwykły P 80g; (1)</p> <p>ser Favita P 40g; (7)</p> <p>szynka drobiowa 30g;</p> <p>masło ekstra 82% P 15g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>jogurt naturalny P 150g; (7)</p>	<p>maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu P 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 21.04.26 – 25.04.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 2

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 21.04.26-25.04.26</p> <p>Razem E: 2140.1 kcal B 99.9 g T 73.1 g W 287.2 g SFA 28.4 g Cukry 68.1 g Sól 6.5 g Błonnik 34.8 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7) Jajko gotowane PCZ 50g (3)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza 150g; chleb zwykły P 40g; (1) Chleb żytni razowy P 40g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Selerowa z makaronem P 250g (1, 7, 9) Placki drobiowe z warzywami i soczewicą smażone P 130g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Surówka z marchewki z olejem 120g Kompot P 250g ziemniaki P 200g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) ogórek 50g; Chleb żytni razowy P 40g; (1) chleb zwykły P 40g; (1) szynka drobiowa 30g; ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 20g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Sałatka ryżowa z selerem, ananasem i kurczakiem P 200g (3, 9, 10, 12)</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O DZIECIĘCY 21.04.26-25.04.26 P</p> <p>Razem E: 1925.9 kcal B 93.4 g T 62.7 g W 260.1 g SFA 32.1 g Cukry 67.0 g Sól 6.1 g Błonnik 27.0 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku PCZ 250g (1, 7) Jajko gotowane PCZ 25g (3)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; pomarańcza 170g; chleb zwykły P 80g; (1) Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Selerowa z makaronem P 250g (1, 7, 9) Kurczak gotowany w sosie potrawkowym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12) Marchewka gotowana PCZ 120g (7) ziemniaki P 200g;</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) chleb zwykły P 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; szynka drobiowa 30g; ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Budyń na mleku PCZ 250g (1, 3, 7)</p>	<p>jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)</p>

Jadłospis – dieta podstawowa P01, d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 21.04.26 – 25.04.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 3

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 21.04.26-25.04.26</p> <p>Razem E: 2169.3 kcal B 97.6 g T 69.2 g W 305.0 g SFA 25.3 g Cukry 77.6 g Sól 7.8 g Błonnik 32.8 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; banan 150g; serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7) Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Pieczeń mozaikowa duszona w sosie własnym (z piersi) P 200g (1, 3) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Buraczki - sałatka P 120g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Ryba pieczona z salsą paprykową P 150g (4, 9) ogórek 50g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 10g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kasza manna z musem jabłkowym P 200g (1, 7)</p>	<p>jogurt naturalny P 100g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O DZIECIĘCY 21.04.26-25.04.26 P</p> <p>Razem E: 1992.7 kcal B 97.3 g T 64.6 g W 266.7 g SFA 30.2 g Cukry 62.0 g Sól 6.4 g Błonnik 23.7 g</p>	<p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7) chleb zwykły P 100g; (1) pomidory, czerwone 50g; Szynka śniadaniowa P 30g; (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g; masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Gulasz drobiowy z cukinią P 200g (1) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1) Buraczki - sałatka P 120g</p>	<p>Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem P 70g (4, 7) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) mandarynki 150g; chleb zwykły P 100g; (1) Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;</p>	<p>Kasza manna z musem jabłkowym P 200g (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 21.04.26 – 25.04.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 4

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 21.04.26-25.04.26</p> <p>Razem E: 2067.1 kcal B 94.1 g T 67.5 g W 287.0 g SFA 32.8 g Cukry 74.8 g Sól 7.2 g Błonnik 36.0 g</p>	<p>Twaróg z oliwkami i pietruszką P 70g (7)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>jabłko 200g;</p> <p>papryka czerwona świeża P 50g;</p> <p>Chleb żytni razowy P 50g; (1)</p> <p>chleb zwykły P 50g; (1)</p> <p>Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10)</p> <p>masło ekstra 82% P 15g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Marchwiowa z soczewicą i makaronem P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Kotlet rybny P 100g (1, 3, 4)</p> <p>Zielone duszone warzywa P 150g (7)</p> <p>ziemniaki P 200g;</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 50g (3)</p> <p>Bukiet świeżych warzyw P 90g</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g;</p> <p>Chleb żytni razowy P 50g; (1)</p> <p>chleb zwykły P 50g; (1)</p> <p>ser Favita P 20g; (7)</p> <p>masło ekstra 82% P 15g; (7)</p>	<p>Owsianka z truskawkami PCZ 200g (1, 7)</p>	<p>maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu P 400g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O DZIECIĘCY 21.04.26-25.04.26 P</p> <p>Razem E: 2044.7 kcal B 96.4 g T 66.7 g W 275.7 g SFA 36.9 g Cukry 69.2 g Sól 6.7 g Błonnik 25.6 g</p>	<p>Twaróg z pietruszką P 70g (7)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>jabłko świeże P 150g;</p> <p>chleb zwykły P 100g; (1)</p> <p>Kiełbasa kanapkowa P 30g; (2, 7, 9, 10)</p> <p>masło ekstra 82% P 15g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Klopsiki rybne duszone w sosie pomidorowym P 200g (1, 3, 4, 7)</p> <p>Zielone duszone warzywa P 120g (7)</p> <p>Marchwiowa z makaronem P 250g (1, 7, 9)</p> <p>ziemniaki P 200g;</p>	<p>Jajko gotowane PCZ 25g (3)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 100g; (1)</p> <p>tomat, czerwone 50g;</p> <p>ser Favita P 40g; (7)</p> <p>masło ekstra 82% P 20g; (7)</p> <p>sałata masłowa P 5g;</p>	<p>Owsianka z truskawkami PCZ 200g (1, 7)</p>	<p>maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu P 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 21.04.26 – 25.04.26.

Dział Żywnienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

DZIEŃ 5

	śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
<p>dieta podstawowa O. Dziecięcy 21.04.26-25.04.26</p> <p>Razem E: 2111.4 kcal B 106.0 g T 67.4 g W 288.4 g SFA 29.0 g Cukry 61.0 g Sól 7.3 g Błonnik 36.8 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 50g; (1)</p> <p>Chleb żytni razowy P 50g; (1)</p> <p>ogórek 50g;</p> <p>Szynkowa drobiowa P 40g; (2, 7, 9)</p> <p>ser Favita P 20g; (7)</p> <p>masło ekstra 82% P 10g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami dieta P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Bitki drobiowe duszone w sosie własnym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11)</p> <p>Bukiet warzyw gotowany P 120g</p> <p>Kasza gryczana z zielonym groszkiem P 150g (1, 5, 6, 9, 10, 11)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)</p> <p>gruszka 150g;</p> <p>Chleb żytni razowy P 50g; (1)</p> <p>chleb zwykły P 50g; (1)</p> <p>Szynka śniadaniowa P 40g; (2, 7, 9, 10)</p> <p>ser żółty Salami P 30g; (7)</p> <p>masło ekstra 82% P 10g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>koktajl białkowy z trusk. i orzech. 250g (1, 7, 8)</p>	<p>jogurt naturalny P 150g; (7)</p>
<p>dieta łatwostrawna O DZIECIĘCY 21.04.26-25.04.26 P</p> <p>Razem E: 2085.9 kcal B 95.3 g T 68.4 g W 284.2 g SFA 31.2 g Cukry 75.2 g Sól 6.7 g Błonnik 26.5 g</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7)</p> <p>herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; chleb zwykły P 100g; (1)</p> <p>pomidory, czerwone 50g;</p> <p>Szynkowa drobiowa P 40g; (2, 7, 9)</p> <p>ser Favita P 20g; (7)</p> <p>masło ekstra 82% P 20g; (7)</p> <p>sałata masłowa 5g;</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami dieta P 250g (1, 7, 9)</p> <p>Bitki drobiowe duszone w sosie własnym P 200g (1, 5, 6, 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>banan 150g; chleb zwykły P 100g; (1)</p> <p>Szynka śniadaniowa P 40g; (2, 7, 9, 10)</p> <p>Deliser Ser twarogowy P 18g;</p> <p>masło ekstra 82% P 15g; (7)</p> <p>sałata masłowa 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 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne