

Jadłospis 7-dniowy od 01.01.2024 do 07.01.2024

01.01.20243 - poniedziałek

Dieta	Posiłek	Menu
I. Dieta podstawowa	Śniadanie	Szynka (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem (I,II,III), Kotlet schabowy (smażony) (I,II,IV), Kapusta gotowana zasmażana (I), Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot
	Kolacja	Jajko w sosie tatarskim (IV), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt z biszkoptami (I,II)
VI. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Szynka (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z pomidorem (I)
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem (I,II,III), Schab gotowany z jarzynami (III), Surówka z marchwi i jabłka (II), Surówka z kapusty białej, Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot
	Podwieczorek	Kisiel owocowy bez cukru
	Kolacja	Jajko (IV), Papryka, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt z musli (II)
02.01.2024 - wtorek		
Dieta	Posiłek	Menu
I. Dieta podstawowa	Śniadanie	Makaron na mleku (I,II,IV), Twaróg z pietruszką (I,II), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami (I,III), Zraz drobiowy (duszony) (I,II,IV), Surówka z kapusty czerwonej, Kasza jęczmienna (gotowana) (I), Kompot
	Kolacja	Kiełbasa żywiecka (I,VII), Papryka, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z rzodkiewką (I)
VI. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Makaron na mleku (I,II,IV), Twaróg z pietruszką zieloną (II), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z papryką (I)
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,II,III), Pulpet drobiowy (gotowany) (I,IV), Surówka z kapusty czerwonej, Kalafior blanszowany, Kasza jęczmienna (gotowana) (I), Kompot
	Podwieczorek	Kanapka z pomidorem (I)
	Kolacja	Kiełbasa żywiecka (I,VII), Papryka, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kefir (II)
03.01.2024 - środa		
Dieta	Posiłek	Menu
I. Dieta podstawowa	Śniadanie	Ryż na mleku (II), Ser żółty (II), Jabłko, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa pomidorowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Filet z kurczaka duszony z jarzynami (I,II,III), Surówka wielowarzywna (III), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Kolacja	Pasta z twarogu i konserwy rybnej (II,V), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z ogórkiem (I)

VI. Dieta z ograniczeniem tnatwo przyswajalnych wglowodanów	Śniadanie	Ryż na mleku (II), Ser żółty (II), Surówka z pora (II), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Wafle ryżowe
	Obiad	Zupa pomidorowa z lanym ciastem (I,III,IV), Filet z kurczaka gotowany z jarzynami (III), Surówka wielowarzywna (III), Sałatka z brokułów, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Podwieczorek	Mus z jabłek
	Kolacja	Pasta z ryby gotowanej z pietruszką zieloną (V), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z ogórkiem (I)
04.01.2024 - czwartek		
Dieta	Posiłek	Menu
I. Dieta podstawowa	Śniadanie	Kasza manna na mleku (I,II), Kiełbasa kminkowa (I, VII), Chrzan z kefirem (II), Masło, Pieczywo Mieszane, Herbata z cytryną
	Obiad	Żurek z ziemniakami (I, II, III), Potrawka mięsno- jarzynowa (I, II, III), Sałata zielona z kefirem (II), Makaron (I), Kompot
	Kolacja	Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kisiel z jabłkiem
VI. Dieta z ograniczeniem tnatwo przyswajalnych wglowodanów	Śniadanie	Kasza manna na mleku (I,II), Kiełbasa kminkowa (I, VII), Chrzan z kefirem (II), Masło, Pieczywo Razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Budyń bez cukru (I,II, III, VI, VII, IX)
	Obiad	Żurek z ziemniakami (I, II, III), Ragout (gotowanie) (I), Sałata zielona z kefirem (II), Makaron (I), Kompot
	Podwieczorek	Kanapka z rzodkiewką (I)
	Kolacja	Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kisiel z jabłkiem
05.01.2024 - piątek		
Dieta	Posiłek	Menu
I. Dieta podstawowa	Śniadanie	Owsianka na mleku (II), Pasta bułgarska (II,IV), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa grysikowa (I,III), Ryba smażona (I,II,V), Surówka z kapusty kiszzonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Kolacja	Racuchy z jabłkami i cynamonem (smażone) (II, III), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kefir (II)
VI. Dieta z ograniczeniem tnatwo przyswajalnych wglowodanów	Śniadanie	Owsianka na mleku (II), Pasta bułgarska (II,IV), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z papryką (I)
	Obiad	Zupa grysikowa (I,III), Ryba saute (zapiekana) (I,II,V), Surówka z kapusty kiszzonej, Brokuły gotowane, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Podwieczorek	Sok pomidorowy
	Kolacja	Jajko gotowane (IV), Pomidor, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kefir (II), Wafle ryżowe
06.01.2024 - sobota		
Dieta	Posiłek	Menu
	Śniadanie	Parówka wieprzowa (I,II,III,VI,VII), Ketchup, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną

I. Dieta podstawowa	Obiad	Rosół z makaronem (I,II,IV),Sznycel (smażenie) (I,IV), Sałatka z fasolki szparagowej i papryki, Ziemniaki z koperkiem (gotowanie) (II),Kompot
	Kolacja	Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej , Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt z musli (II, VII, VIII, IX)
VI. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Parówka drobiowa (I, II, VI, VII), Pomidor, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kisiel bez cukru z jabłkiem
	Obiad	Rosół z makaronem (I, III, IV), Kurczak gotowany z jarzynami (III), Fasolka szparagowa (gotowanie), Surówka z marchwi i jabłka, Ziemniaki z koperkiem (gotowanie) (II), Kompot
	Podwieczorek	Kanapka z pomidorem (I)
	Kolacja	Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt z musli
07.01.2024 - niedziela		
Dieta	Posiłek	Menu
I. Dieta podstawowa	Śniadanie	Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Papryka, Jabłko, Pieczywo mieszane(I), Masło (II), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem (I,II, III,IV), Befszyk z cebulką (I,IV) (smażony), Ćwikła z jabłkiem, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Kolacja	Szynka (I,VII), Ogórek, Sałata zielona, Pieczywo razowe(I), Masło (II), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z pomidorem (I)
VI. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Papryka, Pieczywo razowe (I), Masło (II), Herbata z cytryną b/c
	II Śniadanie	Kanapka z ogórkiem (I)
	Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem (I,II,III,IV), Schab gotowany w jarzynach (III), Ćwikła z jabłkiem, Surówka z kapusty białej (IV,VI), Ziemniaki z koperkiem(II), Kompot b/c
	Podwieczorek	Wafle ryżowe
	Kolacja	Sałatka jarzynowa dietetyczna (III), Szynka (I,VII), Sałata zielona, Pieczywo razowe (I), Masło (II), Herbata b/c
	II Kolacja	Kanapka z pomidorem (I)
Pełny skład serwowanych potraw łącznie z występującymi alergenami dostępny jest u Kierownika Sekcji Żywnienia.		
Alergeny /legenda/: I. gluten, II. mleko i produkty pochodne, III. seler, IV. jaja, V. ryby, VI. gorczyca, VII. soja, VIII. sezam, IX. orzechy, X. łubin, dwutlenek siarki i siarczany, XII. mięczaki, XIII. skorupiaki		
XI.		