

**Jadłospis 7-dniowy od 15.01.2024 do 21.01.2024**

**15.01.2024 - poniedziałek**

<b>Dieta</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Menu</b>
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Makaron na mleku (I,II), Pasztet z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,II,III,IV), Kurczak pieczony, Surówka z kapusty białej (IV,VI), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Kolacja	Grysik na mleku z cynamonem (I,II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Mus z jabłek
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Makaron na mleku (I,II), Pasztet drobiowy (I,II,III,IV,VI,VII), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Wafle ryżowe
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,II,III), Hashe z jarzynami, Sałatka z brokułów, Surówka z cukinii i marchwi z olejem, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Podwieczorek	Kanapka z ogórkiem (I)
	Kolacja	Ser topiony (II), Papryka, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z rzodkiewką (I)

**16.01.2024 - wtorek**

<b>Dieta</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Menu</b>
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Kukurydzianka na mleku (II), Kiełbasa kminkowa (I,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa koperkowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Kotlet z piersi kurczaka (smażenie) (I,II), Surówka z marchwi i jabłka (II), Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot
	Kolacja	Sałatka z ryżu, groszku zielonego i pora (IV), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z serem topionym (I,II)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Kukurydzianka na mleku (II), Kiełbasa kminkowa (I,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z papryką (I)
	Obiad	Zupa koperkowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Filet z kurczaka gotowany z jarzynami (III), Surówka z marchwi i jabłka (II), Kalafior gotowany, Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot
	Podwieczorek	Budyń waniliowy bez cukru (I,II)
	Kolacja	Sałatka z ryżu, groszku zielonego i pora, Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną

	II Kolacja	Kanapka z pomidorem (I)
<b>17.01.2024 - środa</b>		
<b>Dieta</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Menu</b>
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Owsianka na mleku (I,III), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (IV,VI), Papryka, Masło (II),Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem (I,II,III,IV), Klops drobiowy (pieczony) (I,II,IV), Ćwikła, Ziemniaki z koperkiem, Kompot
	Kolacja	Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z ogórkiem (I)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Owsianka na mleku (I,III), Pasta z białek i wędliny (I,II,IV,VII), Papryka, Masło(II),Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Sok pomidorowy
	Obiad	Zupa makaronowa (I,II,III,IV), Klops drobiowy (pieczony) (I,IV), Ćwikła, Surówka z kapusty pekińskiej , Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Podwieczorek	Kisiel z jabłkiem bez cukru
	Kolacja	Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z ogórkiem (I)
<b>18.01.2024 - czwartek</b>		
<b>Dieta</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Menu</b>
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Kasza manna na mleku (I,II), Pasta z twarogu i wędliny z pietruszką zieloną (I,II,VII), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Żurek z ziemniakami (I,III), Risotto mięsno- jarzynowe, Sos pomidorowy (I,II), Sałata zielona z kefirem (II), Kompot
	Kolacja	Pasztet z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Jabłko, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt naturalny (II)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Kasza manna na mleku (I,II), Pasta z twarogu i wędliny z pietruszką zieloną (I,II,VII), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Budyń bez cukru (I,II)
	Obiad	Żurek z ziemniakami (I,III), Ragout (gotowane) (I,II,III), Surówka z selera i jabłka (III), Buraki gotowane, Ryż, Kompot
	Podwieczorek	Kanapka z rzodkiewką (I,II)
	Kolacja	Pasztet z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt naturalny (II)

19.01.2024 - piątek		
Dieta	Posiłek	Menu
I. Dieta podstawowa	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Ser topiony (I,II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem (I,II,III), Ryba po grecku (I,II,III,V), Marchew z groszkiem (I), Ziemniaki (II), Kompot
	Kolacja	Jajo gotowane (IV), Pomidor, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Serek homogenizowany (II)
V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Ser topiony (I,II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kisiel bez cukru
	Obiad	Zupa na smaku ogórkowym z ryżem (I,II,III), Ryba po grecku (I,II,III,V), Marchew gotowana, Mizeria z kefirem (II), Ziemniaki (II), Kompot
	Podwieczorek	Kefir (II)
	Kolacja	Jajo gotowane (IV), Pomidor, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z papryką (I,II)
20.01.2024 - sobota		
Dieta	Posiłek	Menu
I. Dieta podstawowa	Śniadanie	Makaron na mleku (I,II), Kiełbasa żywiecka (I,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa grysikowa (I,III), Zraz drobiowy (duszony) (I,II,IV), Surówka wielowarzywna (III), Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot
	Kolacja	Twaróg z koperkiem(II), Rzodkiewka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z ogórkiem (I)
V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Makaron na mleku (I,II), Kiełbasa żywiecka (I,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z pomidorem (I)
	Obiad	Zupa grysikowa (I,III), Pulpet drobiowy (gotowany) (I,IV), Surówka wielowarzywna (III), Brokuły blanszowane, Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot
	Podwieczorek	Budyń waniliowy bez cukru (II)
	Kolacja	Twaróg z koperkiem (II), Rzodkiewka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z ogórkiem (I)
21.01.2024 - niedziela		
Dieta	Posiłek	Menu
	Śniadanie	Parówka wieprzowa (I,II,III,VI,VII), Ketchup (I,III) , Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną

<b>I. Dieta podstawowa</b>	Obiad	Zupa pomidorowa z kaszą jęczmienną (I,II,III,IV), Kotlet po parysku (smażony) (I,IV), Sałata z kefirem (II), Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot
	Kolacja	Sałatka jarzynowa (III,IV,VI), Szynka wieprzowa (VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt owocowy (II)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Parówka drobiowa (I,II,III,VI,VII), Pomidor, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kisiel bez cukru
	Obiad	Zupa pomidorowa z kaszą jęczmienną (I,II,III), Schab gotowany z jarzynami (III), Sałata z kefirem (II), Brukselka gotowana, Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot
	Podwieczorek	Kanapka z ogórkiem (I)
	Kolacja	Sałatka jarzynowa dietetyczna (III), Szynka drobiowa (VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kefir (II)
<b>Pełny skład serwowanych potraw łącznie z występującymi alergenami dostępny jest u Kierownika Sekcji Żywienia.</b>		
<b>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, XI. dwutlenek siarki i siarczany, XII. mięczaki, XIII. skorupiaki</b>		