

**Jadłospis 7-dniowy od 22.01.2024 do 28.01.2024**

**22.01.2024 - poniedziałek**

<b>Dieta</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Menu</b>
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Owsianka na mleku (II), Kiełbasa szynkowa (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło, Pieczywo mieszane, Herbata z cytryną
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III), Potrawka mięsno-jarzynowa (I,II,III), Sałata zielona z kefirem (II), Makaron (I,IV), Kompot
	Kolacja	Pasta z twarogu i konserwy rybnej (II,V), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kisiel z jabłkiem
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Owsianka na mleku (II), Kiełbasa szynkowa (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło, Pieczywo razowe, Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Budyń bez cukru (I,II)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III), Ragout (gotowanie) (I), Sałata zielona z kefirem (II), Makaron (I,IV), 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

**23.01.2024 - wtorek**

<b>Dieta</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Menu</b>
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Ryż na mleku (II), Pasta bułgarska (II,IV), Jabłko, Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa koperkowa z makaronem (I,II,III), Befsztzyk z cebulką (smażony) (I,II,V), Sałatka z fasolki szparagowej i papryki, Ziemniaki z koperkiem (gotowane) (II), Kompot
	Kolacja	Kiełbasa kminkowa (I,VII), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z pomidorem (I, II)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Ryż na mleku (II), Pasta bułgarska (II,IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z papryką (I,II)
	Obiad	Zupa koperkowa z makaronem b/ś (I,II,III), Suflet mięsny (zapekany) (I,II,IV), Surówka z kapusty białej, Fasolka szparagowa gotowana, Ziemniaki z koperkiem (gotowane) (II), Kompot
	Podwieczorek	Kefir (II), Wafle ryżowe
	Kolacja	Kiełbasa kminkowa (I, VII), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z pomidorem (I, II)

24.01.2024 - środa		
Dieta	Posiłek	Menu
I. Dieta podstawowa	Śniadanie	Makaron na mleku (I,II), Paszтет z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa ziemniaczana (I,II,III), Gulasz drobiowy (I,II), Surówka z marchwi i jabłka (II), Kasza jęczmienna (I), Kompot
	Kolacja	Grysik na mleku z cynamonem (I,II), Wędlina chuda (VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt owocowy (II)
V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Makaron na mleku (I,II), Paszтет drobiowy (I,II,III,IV,VI,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z ogórkiem (I)
	Obiad	Zupa ziemniaczana (I,II,III), Pulpet drobiowy (I,IV), Surówka z marchwi i jabłka (II), Brukselka gotowana, Kasza jęczmienna (I), Kompot
	Podwieczorek	Wafle ryżowe
	Kolacja	Surówka z pora i ogórka (II), Wędlina chuda (VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt naturalny (II)
25.01.2024 - czwartek		
Dieta	Posiłek	Menu
I. Dieta podstawowa	Śniadanie	Kasza manna na mleku (I,II), Twaróg z pietruszką (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Rosół z makaronem (I,II,IV), Stek smażony z cebulką (I,II,III,IV), Sałatka z buraków i fasolki, Ziemniaki z koperkiem (gotowanie) (II),Kompot
	Kolacja	Parówka wieprzowa (I,II,III,VI,VII), Ketchup, Sałata zielona, , Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z rzodkiewką (I)
V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Kasza manna na mleku (I,II), Twaróg z pietruszką (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II),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), Sałatka z buraków i fasolki, Surówka z cukinii i marchwi z olejem, Ziemniaki z koperkiem (gotowanie) (II), Kompot
	Podwieczorek	Kefir (II)
	Kolacja	Parówka drobiowa (I II VI VII), Pomidor, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z rzodkiewką (I)

26.01.2024 - piątek		
Dieta	Posiłek	Menu
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Kiwi, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa jarzynowa solferino z ryżem (I,II,III), Kotlet z jaj (smażony) (I,IV), Marchew oprószana (I,II), Ziemniaki z koperkiem (gotowane) (II), Kompot
	Kolacja	Pasta z ryby gotowanej z pietruszką zieloną (V), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z papryką (I)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z rzodkiewką (I)
	Obiad	Zupa jarzynowa solferino z ryżem (I,III), Jajko sadzone (smażone) (IV), Marchew gotowana, Sałatka z brokułów, Ziemniaki z koperkiem (gotowane) (II), Kompot
	Podwieczorek	Budyń waniliowy bez cukru (I,II)
	Kolacja	Pasta z ryby gotowanej z pietruszką zieloną (V), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z papryką (I)
27.01.2024 - sobota		
Dieta	Posiłek	Menu
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Kukurydzianka na mleku (II), Chrzan z kefirem (II), Kiełbasa żywiecka (I,VII), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa pomidorowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Kurczak pieczony, Surówka z kapusty pekińskiej (IV), Ziemniaki z koperkiem (gotowane) (II), Kompot
	Kolacja	Twaróg z koperkiem (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (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	Kukurydzianka na mleku (II), Chrzan z kefirem (II), Kiełbasa żywiecka (I,VII), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Mus z jabłek b/c
	Obiad	Zupa pomidorowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Hashe mięsne, Surówka z kapusty pekińskiej (IV), Kalafior gotowany, Ziemniaki z koperkiem (gotowane) (II), Kompot
	Podwieczorek	Sok pomidorowy

	Kolacja	Twaróg z koperkiem (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z ogórkiem (I)
<b>28.01.2024 - niedziela</b>		
<b>Dieta</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Menu</b>
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Pasta z twarogu i wędliny (II,VII), Gruszka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Krupnik (I,II,III), Filet z kurczaka duszony z warzywami (II), Sałatka z kapusty czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Kolacja	Jajko w sosie tatarskim (II,IV), Sałata zielona , Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kefir (II)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Pasta z twarogu i wędliny (II,VII), Gruszka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z pomidorem (I)
	Obiad	Krupnik (I,II,III), Filet z kurczaka gotowany z warzywami (III), Sałatka z kapusty czerwonej, Surówka z selera i jabłka (II,III), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Podwieczorek	Kanapka z papryką (I)
	Kolacja	Jajko gotowane (IV), Ogórek świeży, Sałata zielona, 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>		