

**Jadłospis 7-dniowy od 29.01.2024 do 04.02.2024**

**29.01.2024 - poniedziałek**

<b>Dieta</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Menu</b>
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Kasza manna na mleku (I,II), Parówka wieprzowa (I,II,III,VI,VII), Ketchup (I,III), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami (I,II,III), Makaron z mięsem (I,IV), Sos pomidorowy (I, II), Kompot
	Kolacja	Pasta z twarogu i konserwy rybnej (II,V), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Mus z jabłek
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Kasza manna na mleku (I,II), Parówka drobiowa (I,II,III,VI,VII), Sałata zielona, Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z rzodkiewką (I)
	Obiad	Zupa na smaku ogórka z ziemniakami (I,III), Suflet mięsny (zapiekany) (I,IV), Fasolka szparagowa gotowana, Marchew gotowana, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Podwieczorek	Wafle ryżowe
	Kolacja	Pasta bułgarska (II,IV), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Mus z jabłek

**30.01.2024 - wtorek**

<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), Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa grysikowa (I,III), Klops drobiowy (zapiekany) (I,II,IV), Ćwikła z jabłkiem, Ziemniaki z koperkiem (gotowane) (II), Kompot
	Kolacja	Sałatka z ryżu, groszku zielonego i pora (IV), Kiełbasa kminkowa (VII) Masło(II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt naturalny (II)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Owsianka na mleku (I,III), Pasta z białek i wędliny (IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Sok pomidorowy
	Obiad	Zupa grysikowa (I,III), Klops drobiowy (zapiekany) (I,II,IV), Ćwikła z jabłkiem, Brokuły gotowane, Ziemniaki z koperkiem (gotowane) (II), Kompot b/c
	Podwieczorek	Kanapka z pomidorem (I)
	Kolacja	Sałatka z ryżu, groszku zielonego i pora (IV), Kiełbasa kminkowa (VII) Masło(II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną

	II Kolacja	Jogurt naturalny (II)
<b>31.01.2024 - środa</b>		
<b>Dieta</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Menu</b>
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Paszтет z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem (I,II,III), Schab duszony z warzywami (I,II,III), Surówka z kapusty pekińskiej (IV), Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot
	Kolacja	Twaróg z pietruszką (II), Grejpfrut, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z ogórkiem (I)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Paszтет z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z pomidorem (I)
	Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem (I,II,III), Schab gotowany z warzywami (III), Fasolka szparagowa gotowana, Surówka z kapusty pekińskiej (IV), Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot
	Podwieczorek	Kefir (II)
	Kolacja	Twaróg z pietruszką (II), Grejpfrut, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka ogórkiem (I)
<b>01.02.2024 - czwartek</b>		
<b>Dieta</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Menu</b>
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Kukurydzianka na mleku (II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III), Risotto mięsno-jarzynowe (gotowane), Sos koperkowy (I,II), Sałata zielona z kefirem (II), Kompot
	Kolacja	Sałatka jarzynowa (III,IV,VI,), Szynka (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kisiel z jabłkiem
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Kukurydzianka na mleku (II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z rzodkiewką (I)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (I,III), Ragout (gotowane) (I,II,III), Sałata zielona z kefirem (II), Ryż, Kompot
	Podwieczorek	Kanapka z serem topionym (I,II)
	Kolacja	Sałatka jarzynowa dietetyczna (III), Szynka (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kisiel z jabłkiem

02.02.2024 - piątek		
Dieta	Posiłek	Menu
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Owsianka na mleku (II), Jajko (gotowane) (IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Zupa grochowa z makaronem (I,III,IV), Ryba smażona (I,II,IV), Marchew z groszkiem oprószana (I,II), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Kolacja	Paprykarz szczeciński (I,V,VII), Jabłko, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kefir (II)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Owsianka na mleku (II), Jajko (gotowane) (IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Kanapka z ogórkiem (I)
	Obiad	Zupa makaronowa (I,III,IV), Ryba saute (zapiekana) (I,II,V), Marchew gotowana, Kalafior blanszowany, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Podwieczorek	Wafle ryżowe
	Kolacja	Twaróg z koperkiem (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kefir (II)
03.02.2024 - sobota		
Dieta	Posiłek	Menu
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Ryż na mleku (II), Ser żółty (II), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Żurek z ziemniakami (I,II, III), Zraz drobiowy (duszony) (I,II,IV), Surówka z marchwi i jabłka (II), Kasza jęczmienna (I), Kompot
	Kolacja	Chrzan z kefirem (II), Kiełbasa szynkowa (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z papryką (I)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Ryż na mleku (II), Ser żółty (II), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Mus z jabłek b/c
	Obiad	Żurek z ziemniakami (I,II,III), Pulpet drobiowy (gotowany) (II), Surówka z marchwi i jabłka (II), Sałatka z kapusty białej, Kasza jęczmienna (I), Kompot
	Podwieczorek	Kanapka z rzodkiewką (I)
	Kolacja	Chrzan z kefirem (II), Kiełbasa szynkowa (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z papryką (I)

04.02.2024 - niedziela		
Dieta	Posiłek	Menu
<b>I. Dieta podstawowa</b>	Śniadanie	Kiełbasa żywiecka ( I,VII), Pomidor , Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną
	Obiad	Rosół z makaronem (I,II,III),Sznycel mięsny (I,I,V), Buraczki zasmażane (I,II),Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Kolacja	Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Jabłko , Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z serkiem topionym (II)
<b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	Śniadanie	Kiełbasa żywiecka ( I,VII), Pomidor , Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Śniadanie	Sok pomidorowy
	Obiad	Rosół z makaronem (I,II,III),Kurczak gotowany z jarzynami (III), Buraczki gotowane , Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot
	Podwieczorek	Kanapka z ogórkiem (I)
	Kolacja	Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Jabłko , Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną
	II Kolacja	Kanapka z serkiem topionym (II)
Pełny skład serwowanych potraw łącznie z występującymi alergenami dostępny jest u Kierownika Sekcji Żywności.		
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		