| Jadłospis 7-dniowy od 11.03.2024 do 17.03.2024 | | |
|---|---|---|
| **11.03.2024 - poniedziałek** | | |
| **Dieta** | **Posiłek** | **Menu** |
| **I. Dieta podstawowa** | Śniadanie | Makaron na mleku (II), Pasta z twarogu i wędliny (II,VII), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło, Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,II,III), Risotto mięsno- jarzynowe (gotowanie) (I,II,III), Sos pomidorowy (I,II), Kompot |
| | Kolacja | Pasztet pieczony (I,II,IV), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kisiel z jabłkiem |
| **V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** | Śniadanie | Makaron na mleku (II), Pasta z twarogu i wędliny (II,VII), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło, Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Wafle ryżowe |
| | Obiad | Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,II,III), Ragout (gotowanie) (I), Sałata zielona z kefirem (II), Buraki gotowane, Ryż (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Kanapka z pomidorem (I) |
| | Kolacja | Pasztet z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII),Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kisiel z jabłkiem |
| **12.03.2024 - wtorek** | | |
| **Dieta** | **Posiłek** | **Menu** |
| **I. Dieta podstawowa** | Śniadanie | Kukurydzianka na mleku (I,II), Jajko (gotowanie) (IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Krupnik (I,II,III),Łazanki z mięsem i kapustą (duszenie) (I,II,V), Sałata zielona z kefirem (II), Kompot |
| | Kolacja | Kiełbasa szynkowa (I, VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z ogórkiem (I) |
| **V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** | Śniadanie | Kukurydzianka na mleku (I,II), Jajko (gotowanie) (IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Mus z jabłek b/c |
| | Obiad | Krupnik (I,II,III), Suflet mięsny (zapiekanie) (I,IV), Marchew gotowana, Sałatka z kapusty białej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Sok pomidorowy |
| | Kolacja | Kiełbasa szynkowa (I,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z ogórkiem (I) |
| **13.03.2024 - środa** | | |
| **Dieta** | **Posiłek** | **Menu** |
| **I. Dieta podstawowa** | Śniadanie | Kasza manna na mleku (I,II), Kiełbasa kminkowa (I, VII), Chrzan z kefirem (II), Masło, Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa pomidorowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Wątróbka wieprzowa saute (I), Surówka z cukinii i marchwi, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Kolacja | Twaróg z koperkiem(II), Jabłko, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kefir (II) |
| | Śniadanie | Kasza manna na mleku (I,II), Kiełbasa kminkowa (I, VII), Chrzan z kefirem (II), Masło, Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Kisiel b/c |

| | | |
|---|---|---|
| **V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** | Obiad | Zupa pomidorowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Hashe mięsne (gotowanie), Surówka z cukinii i marchwi, Kalafior gotowany, Kompot |
| | Podwieczorek | Kanapka z rzodkiewką (I) |
| | Kolacja | Twaróg z koperkiem(II), Grejpfrut, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kefir (II) |
| **14.03.2024 - czwartek** | | |
| **Dieta** | **Posiłek** | **Menu** |
| **I. Dieta podstawowa** | Śniadanie | Kasza jęczmienna na mleku (II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Ogórek zielony, Masło (II),Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa pieczarkowa z makaronem (I,II,III,IV), Klops drobiowy (gotowanie) (I,II,IV), Sałatka z buraków i pora z majonezem (IV), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Kolacja | Parówka wieprzowa (I,II,VI,VII), Ketchup, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z papryką (I) |
| **V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** | Śniadanie | Kasza jęczmienna na mleku (II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Ogórek zielony, Masło (II),Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Budyń b/c (I,II) |
| | Obiad | Zupa makaronowa (I,II,III,IV), Klops drobiowy (gotowanie) (I,II,IV), Sałatka z buraków i pora z olejem, Mizeria z kefirem (II), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Kanapka z ogórkiem (I) |
| | Kolacja | Parówka drobiowa (I,II,VI,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z papryką (I) |
| **15.03.2024 - piątek** | | |
| **Dieta** | **Posiłek** | **Menu** |
| **I. Dieta podstawowa** | Śniadanie | Owsianka na mleku (II), Ser topiony (I,II), Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa koperkowa z ryżem (I,II,III), Ryba po grecku (duszenie) (I,II,III,V), Sałata zielona z kefirem (II), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Kolacja | Jajko w sosie tatarskim (II,IV,VII), Dżem owocowy, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Serek homogenizowany (II) |
| **V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** | Śniadanie | Owsianka na mleku (II), Ser topiony (I,II), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Mus z jabłek b/c |
| | Obiad | Zupa koperkowa z ryżem (I,II,III), Ryba po grecku (duszenie) (I,II,III,V), Sałata zielona z kefirem (II), Brukselka gotowana, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Wafle ryżowe |
| | Kolacja | Jajo (gotowanie) (IV), Surówka z pora (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Jogurt naturalny (II) |
| **16.03.2024 - sobota** | | |
| **Dieta** | **Posiłek** | **Menu** |
| **I. Dieta podstawowa** | Śniadanie | Ryż na mleku (II), Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa grochowa z ziemniakami (I,III), Potrawka mięsno-jarzynowa (duszenie) (I,II,III), Surówka wielowarzywna (III), Kasza jęczmienna (I), Kompot |

| | | |
|---|---|---|
| | Kolacja | Sałatka z makaronu i kurczaka (I,IV,VI), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z pasztetem (I,II,III,IV,VI,VII) |
| **V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** | Śniadanie | Ryż na mleku (II), Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Kanapka z ogórkiem (I) |
| | Obiad | Zupa ziemniaczana (I,III), Pulpet mięsny (gotowany) (I,IV), Surówka wielowarzywna (III), Fasolka szparagowa gotowana, Kasza jęczmienna (I), Kompot |
| | Podwieczorek | Budyń bez cukru (I,II) |
| | Kolacja | Sałatka z makaronu i kurczaka (I,IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z pasztetem (I,II,III,IV,VI,VII) |
| **17.03.2024 - niedziela** | | |
| **Dieta** | **Posiłek** | **Menu** |
| **I. Dieta podstawowa** | Śniadanie | Kiełbasa żywiecka (I,VII), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Rosół z makaronem (I,II,III), Kotlet z piersi kurczaka (smażenie) (I,IV), Sałatka z kapusty czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Kolacja | Pasta z twarogu i konserwy rybnej (II,V), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kisiel owocowy |
| **V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** | Śniadanie | Kiełbasa żywiecka (I,VII), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Wafle ryżowe |
| | Obiad | Rosół z makaronem (I,II,III),Kurczak gotowany z jarzynami (III), Brokuły gotowane , Sałatka z kapusty czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Kanapka z pomidorem (I) |
| | Kolacja | Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kisiel owocowy |
| **Pełny skład serwowanych potraw łącznie z występującymi alergenami dostępny jest u Kierownika Sekcji Żywienia.** | | |
| **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** | | |