

Jadłospis 7-dniowy od 18.03.2024 do 24.03.2024

18.03.2024 - poniedziałek

| Dieta | Posiłek | Menu |
|-------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I. Dieta podstawowa | Śniadanie | Kasza jęczmienna na mleku (II), Pasta bułgarska (II,IV), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Żurek z ziemniakami (I,II,III), Makaron z mięsem (gotowanie) (I,II), Sos pomidorowy (I, II), Kompot |
| | Kolacja | Racuchy z jabłkami (I,II,IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kefir (II) |
| V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Śniadanie | Kasza jęczmienna na mleku (II), Pasta bułgarska (II,IV), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Kisiel z jabłkiem |
| | Obiad | Żurek z ziemniakami (I,II,III), Filet z kurczaka gotowany z jarzynami (III), Brukselka gotowana, Marchew gotowana, Makaron (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Wafle ryżowe |
| | Kolacja | Pasztet z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII) Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kefir (II) |

19.03.2024 - wtorek

| Dieta | Posiłek | Menu |
|-------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I. Dieta podstawowa | Śniadanie | Kasza manna na mleku (I,II), Kiełbasa szynkowa (I,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa ogórkowa z ryżem (I,II,III), Zraz drobiowy (duszenie) (I,II,IV), Sałatka z fasolki szparagowej i papryki, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Kolacja | Twaróg z rzodkiewką (II), Kiwi, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z pomidorem (I) |
| V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Śniadanie | Kasza manna na mleku (I,II), Kiełbasa szynkowa (I,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Budyń b/c (II) |
| | Obiad | Zupa na smaku ogórka z ryżem (I,III), Pulpet mięsny (gotowanie) (I,IV), Sałatka sezonowa, Fasolka szparagowa gotowana, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Jogurt naturalny (II) |
| | Kolacja | Twaróg z rzodkiewką (II), Kiwi, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z pomidorem (I) |

20.03.2024 - środa

| Dieta | Posiłek | Menu |
|--------------|----------------|-------------|
|--------------|----------------|-------------|

| | | |
|-------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I. Dieta podstawowa | Śniadanie | Makaron na mleku (I,II), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (IV), Jabłko, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa grysikowa (I,III), Schab duszony z jarzynami (I,II,III), Surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Kolacja | Ser topiony (I,II), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kisiel z jabłkiem |
| V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Śniadanie | Makaron na mleku (I,II), Pasta z białek i wędliny (I,II,IV,VII), Jabłko, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Wafle ryżowe |
| | Obiad | Zupa grysikowa (I,III), Schab gotowany w jarzynach (III), Surówka z kapusty pekińskiej, Sałatka z kalafiora, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Kanapka z papryką (I) |
| | Kolacja | Ser topiony (I,II), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kisiel z jabłkiem |
| 21.03.2024 - czwartek | | |
| Dieta | Posiłek | Menu |
| I. Dieta podstawowa | Śniadanie | Owsianka na mleku (I,II), Twaróg z koperkiem (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa z zielonego groszku z makaronem (I,III), Stek z cebulką (smażenie) (I,II,IV), Surówka z kapusty białej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Kolacja | Parówka wieprzowa (I,II,VI,VII), Ketchup (I,III), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z ogórkiem (I) |
| V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Śniadanie | Owsianka na mleku (I,II), Twaróg z koperkiem (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Mus z jabłek |
| | Obiad | Zupa makaronowa (I,II,III,IV), Suflet mięsny (zapiekanie) (I,IV), Surówka z kapusty białej, Marchew gotowana, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Wafle ryżowe |
| | Kolacja | Parówka drobiowa (I,II,VI,VII), Ketchup (I,III), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z ogórkiem (I) |
| 22.03.2024 - piątek | | |

| Dieta | Posiłek | Menu |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I. Dieta podstawowa | Śniadanie | Ryż na mleku (I,II), Ser topiony (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,II,III), Jajko w sosie koperkowym (gotowanie) (I,II,IV), Sałatka z buraków i fasoli czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Kolacja | Pasta z ryby gotowanej z pietruszką zieloną (V), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z rzodkiewką (I) |
| V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Śniadanie | Ryż na mleku (I,II), Ser żółty (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Budyń waniliowy bez cukru (I,II) |
| | Obiad | Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,III), Jajko sadzone (smażenie) (II,IV), Sałatka z buraków i fasoli czerwonej, Mizeria z kefirem (II), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Kanapka z twarogiem (I,II) |
| | Kolacja | Pasta z ryby gotowanej z pietruszką zieloną (V), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z rzodkiewką (I) |
| 23.03.2024 - sobota | | |
| Dieta | Posiłek | Menu |
| I. Dieta podstawowa | Śniadanie | Kukurydzianka na mleku (I,II), Kiełbasa kminkowa (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (I,II,III), Gulasz mięsny (duszenie) (I), Surówka z marchwi i jabłka (II), Kasza jęczmienna (I), Kompot |
| | Kolacja | Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kisiel owocowy |
| V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Śniadanie | Kukurydzianka na mleku (I,II), Kiełbasa kminkowa (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Mus z jabłek |
| | Obiad | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (I,III) b/ś ,Ragout (gotowanie) (I), Surówka z marchwi i jabłka (II), Kasza jęczmienna (I), Kompot |
| | Podwieczorek | Kanapka z papryką (I) |
| | Kolacja | Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kisiel owocowy |
| 24.03.2024 - niedziela | | |

| Dieta | Posiłek | Menu |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I. Dieta podstawowa | Śniadanie | Parówka wieprzowa (I,II,III,VI,VII) Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
| | Obiad | Zupa pomidorowa z kaszą jęczmienną (I,II,III), Sznyceł (smażenie) (I,IV), Surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Kolacja | Jajko w sosie tatarskim (II,IV,VI), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Kolacja | Kanapka z pomidorem (I) |
| V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Śniadanie | Parówka drobiowa (I,II,III,VI,VII), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | II Śniadanie | Sok pomidorowy |
| | Obiad | Zupa pomidorowa z kaszą jęczmienną (I,II,III), Filet z kurczaka gotowany z jarzynami (III), Surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
| | Podwieczorek | Wafle ryżowe |
| | Kolacja | Jajko gotowane (IV), Grejpfrut, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną |
| | 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, XI. dwutlenek siarki i siarczany, XII. mięczaki, XIII. skorupiaki | | |