

**Jadłospis 7-dniowy od 08.07.2024 do 14.07.2024**

**08.07.2024 - poniedziałek**

| <b>Dieta</b>  | <b>Posiłek</b> | <b>Menu</b>  |
|---|----------------|--|
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie      | Makaron na mleku (II), Paszтет pieczony (I,IV), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną                   |
|   | Obiad          | Zupa grysikowa (I,III), Kurczak duszony z jarzynami (I,II,III), Ćwikła z jabłkiem, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot                  |
|   | Kolacja        | Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną              |
|   | II Kolacja     | Kanapka z papryką (I)  |
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> | Śniadanie      | Makaron na mleku (II), Paszтет z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną       |
|   | II Śniadanie   | Budyń waniliowy bez cukru (I,II)   |
|   | Obiad          | Zupa grysikowa (I,III), Pulpety mięsny (gotowanie) (I,IV), Ćwikła z jabłkiem, Kalafior blanszowany, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
|   | Podwieczorek   | Kanapka z pomidorem (I)  |
|   | Kolacja        | Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną              |
|   | II Kolacja     | Kanapka z papryką (I)  |
| <b>09.07.2024 - wtorek</b>  |                |  |
| <b>Dieta</b>  | <b>Posiłek</b> | <b>Menu</b>  |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie      | Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Pasta bułgarska (I,II,IV), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną             |
|   | Obiad          | Zupa grochowa z ziemniakami (I,II,III), Makaron z mięsem (I,II,IV), Sos pomidorowy (I,II), Kompot                                      |
|   | Kolacja        | Kiełbasa żywiecka (I,VII), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną                 |
|   | II Kolacja     | Kanapka z pomidorem (I)  |
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych</b>              | Śniadanie      | Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Pasta bułgarska (I,II,IV), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną               |
|   | II Śniadanie   | Kisiel owocowy b/c   |
|   | Obiad          | Zupa ziemniaczana (I,III), Schab gotowany z jarzynami (III), Surówka z kapusty pekińskiej, Marchew gotowana, Makaron (I,II), Kompot    |

|   |                |   |
|---|----------------|---|
| <b>węglowodanów</b>   | Podwieczorek   | Kefir (II)  |
|   | Kolacja        | Kiełbasa żywiecka (I,VII), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną  |
|   | II Kolacja     | Kanapka z pomidorem (I)   |
| <b>10.07.2024 - środa</b>   |                |   |
| <b>Dieta</b>  | <b>Posiłek</b> | <b>Menu</b>   |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie      | Kasza manna na mleku (I,II), Szynka z indyka (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną                                   |
|   | Obiad          | Zupa pomidorowa z ryżem (I,II,III), Stek z cebulką (smażenie) (I,IV), Sałatka z fasolki szparagowej i papryki, Ziemniaki z koperkiem (II) Kompot                    |
|   | Kolacja        | Pasta z twarogu i konserwy rybnej (II,V), Jabłko, 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 manna na mleku (I,II), Szynka z indyka (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną                                     |
|   | II Śniadanie   | Wafle ryżowe  |
|   | Obiad          | Zupa pomidorowa z ryżem (I,II,III), Suflet mięsny (zapiekanie) (I,IV), Surówka wielowarzywna (III), Fasolka szparagowa gotowana, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
|   | Podwieczorek   | Kanapka z papryką (I)   |
|   | Kolacja        | Pasta z twarogu i ryby (II,V), Jabłko, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Kolacja     | Kanapka z ogórkiem (I)  |
| <b>11.07.2024 - czwartek</b>                                      |                |   |
| <b>Dieta</b>  | <b>Posiłek</b> | <b>Menu</b>   |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie      | Ryż na mleku (II), Kiełbaska (I,II,III,VI,VII), Musztarda (I,III,VI), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną                          |
|   | Obiad          | Zupa ogórkowa z ziemniakami (I,II,III), Potrawka mięsno- jarzynowa (duszenie) (I,II), Surówka z marchwi i jabłka (II), Kasza jęczmienna (I), Kompot                 |
|   | Kolacja        | Sałatka z makaronu z kurczakiem (IV), Kiełbasa żywiecka (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Kolacja     | Kanapka z twarogiem (I,II)  |
|   | Śniadanie      | Ryż na mleku (II), Kiełbaska (I,II,III,VI,VII), Ketchup (I,III), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną                                 |
|   | II Śniadanie   | Mus z jabłek b/c  |

|   |                |  |
|---|----------------|--|
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> | Obiad          | Zupa na smaku ogórka z ziemniakami (I,II,III), Ragout (gotowanie) (I), Surówka z marchwi i jabłka (II), Kasza jęczmienna (I), Kompot           |
|   | Podwieczorek   | Kisiel owocowy b/c   |
|   | Kolacja        | Salatka z makaronu z kurczakiem (IV), Kiełbasa żywiecka (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną                            |
|   | II Kolacja     | Kanapka z twarogiem (I,II)   |
| <b>12.07.2024 - piątek</b>  |                |  |
| <b>Dieta</b>  | <b>Posiłek</b> | <b>Menu</b>  |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie      | Owsianka na mleku (I,II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
|   | Obiad          | Krupnik (I,II,III), Ryba smażona (I,II,IV,V), Marchew z groszkiem oprószana (I,II), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot                         |
|   | Kolacja        | Jajko (gotowanie) (IV), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną  |
|   | II Kolacja     | Kanapka z pomidorem (I)  |
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> | Śniadanie      | Owsianka na mleku (I,II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Śniadanie   | Budyń waniliowy bez cukru (I,II)   |
|   | Obiad          | Krupnik (I,II,III), Ryba saute (I,II,V), Marchew gotowana, Brukselka gotowana, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot                              |
|   | Podwieczorek   | Jogurt naturalny (II)  |
|   | Kolacja        | Jajko (gotowanie) (IV), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną  |
|   | II Kolacja     | Kanapka z pomidorem (I)  |
| <b>13.07.2024 - sobota</b>  |                |  |
| <b>Dieta</b>  | <b>Posiłek</b> | <b>Menu</b>  |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie      | Kukurydzianka na mleku (II), Pasztet z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną              |
|   | Obiad          | Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,II,III), Gulasz mięsny (duszenie) (I,II), Sałata zielona z kefirem (II), Makaron (I,II,IV), Kompot             |
|   | Kolacja        | Twaróg z koperkiem (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną                               |
|   | II Kolacja     | Kanapka z wędliną (I,VII)  |

|  |                |  |
|--|----------------|--|
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>  | Śniadanie      | Kukurydzianka na mleku (II), Paszтет drobiowy (I,II,III,IV,VI,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną                                      |
|  | II Śniadanie   | Kanapka z ogórkiem (I)   |
|  | Obiad          | Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,III), Filet z indyka gotowany z jarzynami (III), Surówka z cukinii i marchwi (II), Mizeria z kefirem (II), Makaron (I,II,IV), 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 wędliną (I,VII)  |
| <b>14.07.2024 - niedziela</b>  |                |  |
| <b>Dieta</b>   | <b>Posiłek</b> | <b>Menu</b>  |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>   | Śniadanie      | Ser żółty (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną  |
|  | Obiad          | Zupa koperkowa z lanym ciastem (I,II,III, IV), Klops mięsny (zapiekanie) (I,IV), Sałatka z kapusty białej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot                        |
|  | Kolacja        | Sałatka jarzynowa (III,IV,VI), Szyńka z indyka(I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną  |
|  | II Kolacja     | Kanapka z twarogiem (I,II)   |
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>  | Śniadanie      | Ser żółty (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną  |
|  | II Śniadanie   | Kanapka z pomidorem (I)  |
|  | Obiad          | Zupa koperkowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Klops drobiowy (zapiekanie) (I,IV), Sałatka z kapusty białej, Buraki gotowane, Ziemniaki z koperkiem (II) , Kompot     |
|  | Podwieczorek   | Wafle ryżowe   |
|  | Kolacja        | Sałatka jarzynowa dietetyczna (III), Szyńka z indyka (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|  | II Kolacja     | Kanapka z twarogiem (I,II)   |
| <b>Pełny skład serwowanych potraw łącznie z występującymi alergenami dostępny jest u Kierownika Sekcji Żywnienia.</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> |                |  |