

**Jadłospis 7-dniowy od 02.12.2024 do 08.12.2024**

**02.12.2024 - poniedziałek**

| <b>Dieta</b>  | <b>Posiłek</b>        | <b>Menu</b>   |
|---|-----------------------|---|
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie             | Ryż na mleku (II), Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
|   | Obiad                 | Żurek z ziemniakami (I,II,III), Łazanki z mięsem (duszenie) (I,IV), Kompot  |
|   | Kolacja               | Racuchy z jabłkami (I,II,IV), Marmolada, 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), Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Śniadanie          | Kisiel owocowy bez cukru  |
|   | Obiad                 | Żurek z ziemniakami (I,III), Ragout (gotowanie) (I), Surówka z kapusty pekińskiej, Makaron (I,II), Kompot                     |
|   | Podwieczorek          | Kefir (II)  |
|   | Kolacja               | Paszтет z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną                            |
| II Kolacja  | Kanapka z papryką (I) |   |

**03.12.2024 - wtorek**

| <b>Dieta</b>  | <b>Posiłek</b> | <b>Menu</b>   |
|---|----------------|---|
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie      | Kukurydzianka na mleku (II), Pasta z boczku i jaj, Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną  |
|   | Obiad          | Zupa pomidorowa z makaronem (I,II,III), Filet z kurczaka duszony z jarzynami (II,III), Sałatka z fasolki szparagowej i papryki, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot        |
|   | Kolacja        | Śledź w sosie pomidorowym (I,II,III,IV,V,,VI,VII), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Kolacja     | Kanapka z rzodkiewką (I)  |
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> | Śniadanie      | Kukurydzianka na mleku (I,II), Jajko (IV), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe(I), Herbata z cytryną   |
|   | II Śniadanie   | Wafle ryżowe  |
|   | Obiad          | Zupa pomidorowa z makaronem (I,II,III), Indyk gotowany z jarzynami (III), Fasolka szparagowa gotowana, Surówka z selera i jabłka (II), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
|   | Podwieczorek   | Budyń waniliowy b/c (I,II)  |
|   | Kolacja        | Pasta z ryby gotowanej i pietruszki zielonej (V), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną  |
|   | II Kolacja     | Kanapka z rzodkiewką (I)  |

| 04.12.2024 - środa  |              |  |
|---|--------------|--|
| Dieta   | Posiłek      | Menu   |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie    | Makaron na mleku (I,II), Szyunka z indyka (I,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną   |
|   | Obiad        | Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III), Potrawka mięsno- jarzynowa (duszenie) (I,II), Surówka wielowarzywna (III), Kasza jęczmienna (I), Kompot             |
|   | Kolacja      | Gryzik na mleku z cynamonem (I,II), Dżem owocowy, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Kolacja   | Kanapka z pasztetem (I,II,III,IV,VI,VII)   |
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> | Śniadanie    | Makaron na mleku (I,II), Szyunka z indyka (I,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Śniadanie | Kanapka z ogórkiem (I)   |
|   | Obiad        | Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III), Schab gotowany z jarzynami (III), Surówka wielowarzywna (III), Mizeria z kefirem (II), Kasza jęczmienna (I), Kompot |
|   | Podwieczorek | Mus z jabłek b/c   |
|   | Kolacja      | Twaróg z koperkiem (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Kolacja   | Kanapka z pasztetem (I,II,III,IV,VI,VII)   |
| 05.12.2024 - czwartek   |              |  |
| Dieta   | Posiłek      | Menu   |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie    | Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Ser topiony (II), Ogórek zielony, Dżem, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną                                 |
|   | Obiad        | Zupa grysikowa (I,III), Wątróbka wieprzowa saute (smażenie) (I), Kapusta biała zasmażana (I), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot                               |
|   | Kolacja      | Kiełbasa żywiecka (I,VII), Chrzan z kefirem (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    | Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Ser żółty (II), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Śniadanie | Budyń waniliowy b/c (I,II)   |
|   | Obiad        | Zupa grysikowa (I,III), Suflet mięsny (zapiekanie) (I,IV), Sałatka z kapusty białej, Brokuł blanszowany, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot                    |
|   | Podwieczorek | Jogurt naturalny (II)  |
|   | Kolacja      | Kiełbasa żywiecka (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Kolacja   | Kanapka z papryką (I)  |

| 06.12.2024 - piątek   |              |   |
|---|--------------|---|
| Dieta   | Posiłek      | Menu  |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie    | Owsianka na mleku (I,II), Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
|   | Obiad        | Zupa pieczarkowa z makaronem (I,II,III), Ryba po grecku (duszenie) (I,II,III,V), Surówka z kapusty kiszonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot       |
|   | Kolacja      | Jajko (gotowanie) (IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Kolacja   | Kanapka z ogórkiem (I)  |
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> | Śniadanie    | Owsianka na mleku (I,II), Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Śniadanie | Kisiel z jabłkiem b/c   |
|   | Obiad        | Zupa makaronowa (I,II,III), Ryba po grecku (duszenie) (I,II,III,V), Surówka z kapusty kiszonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot                    |
|   | Podwieczorek | Sok pomidorowy  |
|   | Kolacja      | Jajko (gotowanie) (IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Kolacja   | Kanapka z ogórkiem (I)  |
| 07.12.2024 - sobota   |              |   |
| Dieta   | Posiłek      | Menu  |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie    | Kasza manna na mleku (II), Kiełbaska (I,II,III,VI,VII), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną |
|   | Obiad        | Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,II,III), Zraz mięsny (zapiekanie) (I,II,IV), Ćwikła z jabłkiem, Ryż (II), Kompot                                      |
|   | Kolacja      | Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną                                   |
|   | II Kolacja   | Kanapka z wędliną (I,II,VII)  |
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> | Śniadanie    | Kasza manna na mleku (II), Kiełbaska (I,II,III,VI,VII), Surówka z białej rzodkwi i marchwi(II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną    |
|   | II Śniadanie | Kanapka z pomidorem (I)   |
|   | Obiad        | Zupa jarzynowa z ziemniakami (I,II,III), Pulpet drobiowy (gotowanie) (I,IV), Ćwikła z jabłkiem, Surówka z cukinii i marchwi, Ryż (II), Kompot         |
|   | Podwieczorek | Wafle ryżowe  |
|   | Kolacja      | Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną                                   |
|   | II Kolacja   | Kanapka z wędliną (I,II,VII)  |

| 08.12.2024 - niedziela  |              |   |
|---|--------------|---|
| Dieta   | Posiłek      | Menu  |
| <b>I. Dieta podstawowa</b>  | Śniadanie    | Twaróg z rzodkiewką (II), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną  |
|   | Obiad        | Zupa ogórkowa z ryżem (I,II,III), Pieczeń wieprzowa (duszenie) (I,II), Sałatka z kapusty czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot                    |
|   | Kolacja      | Pasztet pieczony (I,II,IV), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną   |
|   | II Kolacja   | Kanapka z serkiem topionym (I,II)   |
| <b>V. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>   | Śniadanie    | Twaróg z rzodkiewką (II), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną  |
|   | II Śniadanie | Kanapka z ogórkiem (I)  |
|   | Obiad        | Zupa na smaku ogórka z ryżem (I,II,III), Hashe mięsne (gotowanie) (I), Kalafior gotowany, Sałatka z kapusty czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot |
|   | Podwieczorek | Kisiel b/c  |
|   | Kolacja      | Pasztet z drobiu (i,II,III,IV,VI,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną  |
|   | II Kolacja   | Kanapka z serkiem topionym (I,II)   |
| 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 |              |   |