

Jadłospis 14.03.2024-20.03.2024

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
14.03.2024	Śniadanie	<b>Płatki owsiane na mleku</b> <b>Kanapka z pastą z twarogu i szynki</b> z zieleniną, sałata zielona, ogórek kiszony <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Płatki owsiane na mleku</b> <b>Kanapka z pastą z twarogu i szynki</b> z zieleniną, pomidor, powidło <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Płatki owsiane na mleku</b> <b>Kanapka z pastą z twarogu i szynki</b> z zieleniną, sałata zielona, ogórek kiszony <b>Kawa zbożowa na mleku</b>
	II śniadanie			<b>Omlet z groszkiem</b>
	Obiad	<b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> Filet z indyka <b>duszony z sosem</b> cebulowym <b>surówka</b> z białej kapusty, ziemniaki Kompot	<b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> Filet z indyka <b>gotowany</b> , sałata zielona <b>z dresingiem</b> , ziemniaki Kompot	<b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> Filet z indyka <b>gotowany</b> , sałata zielona <b>z dresingiem</b> , ziemniaki Kompot
	Podwieczorek			Jabłko pieczone
	Kolacja	<b>Kanapka z wędliną</b> , sałatka z buraczków, mandarynka Herbata	<b>Kanapka z wędliną</b> , sałatka z buraczków, mandarynka Herbata	<b>Kanapka z wędliną</b> , sałatka z buraczków, mandarynka Herbata
	II kolacja	<b>Jogurt owocowy bez dodatku cukru</b>	<b>Jogurt owocowy bez dodatku cukru</b>	<b>Jogurt owocowy bez dodatku cukru</b>

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
15.03.2024	Śniadanie	<b>Makaron na mleku</b> <b>Kanapka z sałatką z porów</b> , sałata lodowa, papryka czerwona <b>Kakao na mleku</b>	<b>Makaron na mleku</b> <b>Kanapka z twarożkiem</b> z zieleniną, pomidor, <b>drożdżówka</b> <b>Kakao na mleku</b>	<b>Makaron na mleku</b> <b>Kanapka z sałatką z porów</b> , sałata lodowa, papryka czerwona <b>Kakao na mleku</b>
	II śniadanie			<b>Budyń b/c</b>
	Obiad	<b>Zupa grysikowa</b> z jarzyną <b>Ryba smażona</b> , surówka z czerwonej kapusty, ziemniaki Kompot	<b>Zupa grysikowa</b> z jarzyną <b>Ryba duszona</b> , <b>marchewka po grecku</b> , ziemniaki Kompot	<b>Zupa grysikowa</b> z jarzyną <b>Ryba duszona</b> , <b>marchewka po grecku</b> , ziemniaki Kompot
	Podwieczorek			Banan
	Kolacja	<b>Kanapka z pastą z jajek</b> i zieleniną, sałata zielona, pomidor Herbata	<b>Kanapka z pastą z jajek</b> i zieleniną, dżem, pomidor Herbata	<b>Kanapka z pastą z jajek</b> i zieleniną, sałata zielona, pomidor Herbata
	II kolacja	<b>Serek homogenizowany</b>	<b>Herbatniki</b>	<b>Serek homogenizowany</b>

16.03.2024		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	<b>Płatki kukurydziane na mleku</b> <b>Kanapka z pastą z twarogu</b> i awokada z zieleniną, sałata zielona, ogórek kiszony <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Płatki kukurydziane na mleku</b> <b>Kanapka z pastą z twarogu</b> i awokada z zieleniną, sałata zielona, dżem <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Płatki kukurydziane na mleku</b> <b>Kanapka z pastą z twarogu</b> i awokada z zieleniną, sałata zielona, ogórek kiszony <b>Kawa zbożowa na mleku</b>
	II śniadanie			Sok pomidorowy
	Obiad	<b>Zupa</b> kurczakowa z ziemniakami Ryż z jabłkiem i cynamonem Kompot	<b>Zupa</b> kurczakowa z ziemniakami Ryż z jabłkiem i cynamonem Kompot	<b>Zupa</b> kurczakowa z ziemniakami Ryż z jabłkiem i cynamonem Kompot
	Podwieczorek			Kiwi
	Kolacja	<b>Kanapka z wędliną</b> , pomidor, <b>jajko</b> Herbata	<b>Kanapka z wędliną</b> , pomidor, <b>jajko</b> Herbata	<b>Kanapka z wędliną</b> , pomidor, <b>jajko</b> Herbata
	II kolacja	<b>Kefir</b>	<b>Kefir</b>	<b>Kefir</b>

17.03.2024		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	<b>Kanapka z sałatką</b> z fileta i ryżu z zieleniną, sałata zielona, mandarynka <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Kanapka z sałatką</b> z fileta i ryżu z zieleniną, sałata zielona, mandarynka <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Kanapka z sałatką</b> z fileta i ryżu z zieleniną, sałata zielona, mandarynka <b>Kawa zbożowa na mleku</b>
	II śniadanie			<b>Kanapka z twarogiem i ogórkiem</b>
	Obiad	<b>Zupa</b> jarzynowa z <b>zacierką</b> Karczek <b>duszony</b> , surówka z kapusty pekińskiej, ziemniaki Kompot	<b>Zupa</b> jarzynowa z <b>zacierką</b> Karczek <b>duszony</b> , surówka z kapusty pekińskiej, ziemniaki Kompot	<b>Zupa</b> jarzynowa z <b>zacierką</b> Karczek <b>duszony</b> , surówka z kapusty pekińskiej, ziemniaki Kompot
	Podwieczorek			Pomarańcza
	Kolacja	<b>Kanapka z serkiem topionym</b> , pomidor, powidło Herbata	<b>Kanapka z serkiem topionym</b> , pomidor, powidło Herbata	<b>Kanapka z serkiem topionym</b> , pomidor, sałata zielona Herbata
II kolacja	<b>Pudding czekoladowy</b>	<b>Pudding czekoladowy</b>	<b>Wafle b/c</b>	

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
18.03.2024	Śniadanie	<b>Płatki owsiane na mleku</b> <b>Kanapka z sałatką duńską</b> , sałata lodowa, papryka czerwona <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Płatki owsiane na mleku</b> <b>Kanapka z wędliną</b> , pomidor, dżem <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Płatki owsiane na mleku</b> <b>Kanapka z sałatką duńską</b> , sałata lodowa, papryka czerwona <b>Kawa zbożowa na mleku</b>
	II śniadanie			Kisiel b/c
	Obiad	<b>Krupnik z jarzyną</b> <b>Kluski śląskie z gulaszem wieprzowo-warzywnym</b> , surówka z buraczków Kompot	<b>Krupnik z jarzyną</b> <b>Kluski śląskie z gulaszem wieprzowo-warzywnym</b> , surówka z buraczków Kompot	<b>Krupnik z jarzyną</b> <b>Kluski śląskie z gulaszem wieprzowo-warzywnym</b> , surówka z buraczków Kompot
	Podwieczorek			<b>Krakersy</b>
	Kolacja	<b>Kanapka z pastą z twarogu i ryby</b> z zieleniną, pomidor, jabłko Herbata	<b>Kanapka z pastą z twarogu i ryby</b> z zieleniną, pomidor, jabłko Herbata	<b>Kanapka z pastą z twarogu i ryby</b> z zieleniną, pomidor, jabłko Herbata
	II kolacja	<b>Jogurt owocowy bez dodatku cukru</b>	<b>Jogurt owocowy bez dodatku cukru</b>	<b>Jogurt owocowy bez dodatku cukru</b>

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
19.03.2024	Śniadanie	<b>Ryż na mleku</b> <b>Kanapka z pastą</b> z kurczaka i zieleniną, sałata lodowa, ogórek kiszony <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Ryż na mleku</b> <b>Kanapka z pastą</b> z kurczaka i zieleniną, pomidor, powidło <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Ryż na mleku</b> <b>Kanapka z pastą</b> z kurczaka i zieleniną, sałata lodowa, ogórek kiszony <b>Kawa zbożowa na mleku</b>
	II śniadanie			<b>Kasza jaglana</b> z jabłkiem
	Obiad	<b>Zupa koperkowa z makaronem</b> <b>Rumsztyk smażony</b> , szpinak duszony, ziemniaki Kompot	<b>Zupa koperkowa z makaronem</b> <b>Pulpety gotowane z sosem pomidorowym</b> , kalafior <b>gotowany</b> , ziemniaki Kompot	<b>Zupa koperkowa z makaronem</b> <b>Pulpety gotowane z sosem pomidorowym</b> , kalafior <b>gotowany</b> , ziemniaki Kompot
	Podwieczorek			Mandarynka
	Kolacja	<b>Kanapka z wędliną</b> , sałatka jarzynowa, sałata zielona Herbata	<b>Kanapka z wędliną</b> , sałatka jarzynowa, sałata zielona Herbata	<b>Kanapka z wędliną</b> , sałatka jarzynowa, sałata zielona Herbata
	II kolacja	<b>Jogurt naturalny</b>	<b>Jogurt naturalny</b>	<b>Jogurt naturalny</b>

20.03.2024		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	<b>Płatki owsiane na mleku</b> <b>Kanapka z twarogiem</b> z rzodkiewką i zieleniną, sałata zielona, banan <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Płatki owsiane na mleku</b> <b>Kanapka z twarogiem</b> z zieleniną, sałata zielona, pomidor <b>Kawa zbożowa na mleku</b>	<b>Płatki owsiane na mleku</b> <b>Kanapka z twarogiem</b> z rzodkiewką i zieleniną, sałata zielona, banan <b>Kawa zbożowa na mleku</b>
	II śniadanie			<b>Kanapka z wędliną i ogórkiem</b>
	Obiad	<b>Zupa</b> pejzankowa z ziemniakami Gulasz z ozorków <b>duszony</b> , warzywa z patelni, <b>kasza jęczmienna</b> Kompot	<b>Zupa</b> pejzankowa z ziemniakami Gulasz z ozorków <b>duszony</b> , warzywa z patelni, <b>kasza jęczmienna</b> Kompot	<b>Zupa</b> pejzankowa z ziemniakami Gulasz z ozorków <b>duszony</b> , warzywa z patelni, <b>kasza jęczmienna</b> Kompot
	Podwieczorek			<b>Jogurt owocowy bez dodatku cukru</b>
	Kolacja	<b>Kanapka z sałatką</b> z fileta i <b>makaronu</b> z zieleniną, sałata zielona, papryka czerwona Herbata	<b>Kanapka z sałatką</b> z fileta i <b>makaronu</b> z zieleniną, sałata zielona, dżem Herbata	<b>Kanapka z sałatką</b> z fileta i <b>makaronu</b> z zieleniną, sałata zielona, papryka czerwona Herbata
	II kolacja	Chrupki kukurydziane	Chrupki kukurydziane	Chrupki kukurydziane