

JADŁOSPIS 05/03/2024 WTOREK**DIETA PODSTAWOWA:**

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT OWOCOWY 150G	KISIEL 150G	ZUPA WARZYWNA 300ML	HERBATNIKI 3 SZT.	HERBATA, CUKIER 250ML	CHLEB PSZENNY 50G
CHLEB PSZENNY 60G	JABŁKO 1 SZT.	FILET DROBIOWY NA PARZE W SOSIE KOPERKOWYM 170G		MAKARON PSZENNY 200G	WĘDLINA 20G
CHLEB RAZOWY 30G		ZIEMNIAKI 200G		SOS SZPINAKOWY Z FETA 200G	SALAATA 5G
MASŁO 10G		SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z KOPERKIEM 130G			MASŁO 3G
KAWA MLECZNA, CUKIER 250ML		KOKTAJL CZEKOLADOWY 250ML			
SER 20G		KOMPOT 250ML			
JAJKO GOTOWANE 1 SZT.					
SALSA GROSZKOWO- PAPRYKOWA 60G					
MLEKO, GLUTEN, JAJKO		MLEKO, GLUTEN,	GLUTEN, MLEKO, JAJKO	GLUTEN, MLEKO	GLUTEN, MLEKO

DIETA CUKRZYCOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 150G	KISIEL 150G	ZUPA WARZYWNA 300ML	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 3 SZT.	HERBATA 250ML	KANAPKA Z PIECZYWA RAZOWEGO Z SALAATĄ, / MASŁEM/ CHUDĄ WĘDLINĄ
	JABŁKO 1 SZT.	FILET DROBIOWY NA PARZE W SOSIE KOPERKOWYM 170G		MAKARON RAZOWY 200G	
CHLEB RAZOWY 90G		RYŻ BRAZOWY 200G		SOS SZPINAKOWY Z FETA 200G	
MASŁO 10G		SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z KOPERKIEM 130G			
KAWA MLECZNA 250ML		KOKTAJL CZEKOLADOWY 250ML			
SER 20G		KOMPOT 250ML			
JAJKO GOTOWANE 1 SZT.					
SALSA GROSZKOWO- PAPRYKOWA 60G					

MLEKO, GLUTEN, JAJKO		MLEKO, GLUTEN,	GLUTEN, MLEKO, JAJKO	GLUTEN, MLEKO	
					MLEKO, GLUTEN, SEZAM

DIETA LEKKOSTRAWNA:

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSIŁEK NOCNY
JOGURT OWOCOWY 150G	ZUPA WARZYWNA 300ML	HERBATA, CUKIER 250ML	MUS OWOCOWY 150G
CHLEB PSZENNY 90G	FILET DROBIOWY NA PARZE W SOSIE KOPERKOWYM 170G	KASZA MANNA Z MUSEM MALINOWYM 350G	
KISIEL 150G	ZIEMNIAKI 200G	SEREK ŚMIETANKOWY 80G	
MASŁO 10G	MARCHEW GOTOWANA 130G	POMIDOR 50G	
KAWA MLECZNA, CUKIER 250ML	KOKTAJL CZEKOLADOWY 250ML	CHLEB PSZENNY 90G	
WĘDLINA 50G	KOMPOT 250ML	MASŁO 10G	
ROSZPONKA 10G			
JABŁKO 1 SZT.			
MLEKO, GLUTEN	MLEKO, GLUTEN,	GLUTEN, MLEKO	