

JADŁOSPIS 09/03/2024 SOBOTA

DIETA PODSTAWOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
Jogurt owocowy 150G, Chleb graham 1szt., Masło ekstra 10g, Serek śmietankowy 100g, Papryka czerwona 50g, Dżem 100% owoców (różne rodzaje) 25g, Kawa, napar z cukrem i mlekiem 250ml, Chleb pszenny 2szt	Maślanka spożywcza 150ML, Pomarańcza 0,5SZT.	Zupa pomidorowa 300ML, Makaron pszenny 50G, Pieczone udko z kurczaka 1 SZT., Ziemniaki gotowane 200G, Buraczki 130G, Serek homogenizowany, waniliowy 200G, Kompot 250ml	Herbatniki 5 SZT.	Herbata czarna napar z cukrem 250ml, Masło ekstra 10g, Chleb pszenny 2szt., Chleb graham 1szt., Parówki z szynki 2szt., Ser twarogowy chudy 60g, Mix sałat 10g	Sok pomidorowy 250ml
GLUTEN, MLEKO,	MLEKO	MLEKO, GLUTEN, SELER	MLEKO, GLUTEN,	MLEKO, GLUTEN,	

DIETA CUKRZYCOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
Chleb graham 3szt., Masło ekstra 10g, Serek śmietankowy 100g, Papryka czerwona 50g, Jogurt naturalny 150g, Szynka delikatesowa z kurczaka 50g, Kawa, napar bez cukru z mlekiem 250ml	Maślanka spożywcza 250ml Mandarynki 1 szt.	Zupa pomidorowa 300ml, Makaron pełnoziarnisty 50g, Pieczone udko z kurczaka 1 szt., Kasza bulgur 200g, Buraczki 130g, Serek homogenizowany naturalny 150g, Kompot 250ml	Sok pomidorowy 250ml	Masło ekstra 10g, Chleb graham 1szt, Parówki z szynki 2szt., Ser twarogowy chudy 60g, Mix sałat 10g, Herbata czarna, napar bez cukru 250ml	KANAPKA Z PIECZYWA RAZOWEGO Z SAŁATĄ, MASŁEM/ CHUDĄ WĘDLINĄ
GLUTEN, MLEKO, SEZAM	MLEKO,	MLEKO, GLUTEN, SELER,		MLEKO, GLUTEN,	MLEKO, GLUTEN, SEZAM

DIETA LEKKOSTRAWNA:

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
Jogurt owocowy 150g	Zupa pomidorowa 300ml	Herbata czarna, napar z cukrem 250ml	Sok pomidorowy 250ml
Chleb pszenny 3szt.	Makaron pszenny 50g	Masło ekstra 10g	
Masło ekstra 10g	Pieczone udko z kurczaka 1 szt.	Chleb pszenny 3 szt.	
Serek śmietankowy 100g	Ziemniaki gotowane 200g	Ser twarogowy chudy 100g	
Dżem 100% owoców 25g	Buraczki 130g	Mix sałat 10g	
	Serek homogenizowany, waniliowy 150g	Szynka delikatesowa z kurczaka 50g	
Kawa, napar z cukrem i mlekiem 250ml			
Pomidor (bez skórki) 50g	Kompot 250ml		
Pomarańcza 0,5szt.			
MLEKO, GLUTEN,	MLEKO, GLUTEN, SELER,	MLEKO, GLUTEN,	

