

JADŁOSPIS 15/01/2024 PONIEDZIAŁEK

DIETA PODSTAWOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	MAŚLANKA 150ML	POMIDOROWA Z RYŻEM 300ML	HERBATNIKI 3 SZT.	SAŁATKA Z KASZY BULGUR, BROKUŁA, SZYNKI I OGÓRKA Z OLIWĄ – 350G	MUS OWOCOWY 150ML
PIECZYWO 3 KROMKI, MIESZANE		FILET NA PARZE W SOSIE POMIDOROWO- PAPRYKOWYM 170G		HERBATA, CUKIER 250ML	
MASŁO 10G		ZIEMNIAKI 200G			
HERBATA, CUKIER 250ML		Z BIAŁEJ KAPUSTY			
SEREK KANAPKOWY 80G		KOMPOT 250ML			
POMIDOR 50G		KOKTAJL TRUSKAWKOWY 250ML			
JAJKO GOTOWANE 1 SZT.					
KIWI 1 SZT.					
GLUTEN SEZAM MLEKO JAJKO	MLEKO	GLUTEN MLEKO	GLUTEN, MLEKO, JAJKO	GLUTEN	

DIETA CUKRZYCOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	MAŚLANKA 150ML	POMIDOROWA Z RYŻEM BRAZOWYM 300ML	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 3SZT.	SAŁATKA Z KASZY BULGUR, BROKUŁA, SZYNKI I OGÓRKA Z OLIWĄ – 350G	KANAPKA Z PIECZYWA RAZOWEGO Z SAŁATĄ, / MASŁEM/ CHUDĄ WĘDLINĄ
PIECZYWO 3 KROMKI, RAZOWE		FILET NA PARZE W SOSIE POMIDOROWO- PAPRYKOWYM 170G		HERBATA 250ML	
MASŁO 10G		RYŻ BRAZOWY 200G			
HERBATA 250ML		Z BIAŁEJ KAPUSTY			
SEREK KANAPKOWY 80G		KOMPOT 250ML			
POMIDOR 50G		KOKTAJL TRUSKAWKOWY 250ML			
JAJKO GOTOWANE 1 SZT.					
KIWI 1 SZT.					
GLUTEN SEZAM MLEKO JAJKO	MLEKO	GLUTEN MLEKO	GLUTEN/ MLEKO	GLUTEN	MLEKO, GLUTEN, SEZAM

DIETA LEKKOSTRAWNA/ WĄTROBOWA:

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	POMIDOROWA Z RYŻEM 300ML	SALATKA Z KASZY JĘCZMIENNEJ, BROKUŁA, SZYNKI I OLIWY – 350G	MUS OWOCOWY 150ML
PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	FILET NA PARZE W SOSIE POMIDOROWO- PAPRYKOWYM 170G	HERBATA, CUKIER 250ML	
MASŁO 10G	ZIEMNIAKI 200G		
HERBATA, CUKIER 250ML	WARZYWA GOTOWANE 130G		
SEREK KANAPKOWY 80G	KOMPOT 250ML		
POMIDOR 50G	KOKTAJL TRUSKAWKOWY 250ML		
JAJKO GOTOWANE 1 SZT.			
KIWI 1 SZT.			
GLUTEN MLEKO JAJKO	GLUTEN MLEKO	GLUTEN	

DIETA BOGATORESZTKOWA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY:

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	POMIDOROWA Z RYŻEM BRAZOWYM 300ML	SALATKA Z KASZY BULGUR, BROKUŁA, SZYNKI I OGÓRKA Z OLIWĄ – 350G	MUS OWOCOWY 150ML
PIECZYWO 3 KROMKI, RAZOWE	FILET NA PARZE W SOSIE POMIDOROWO- PAPRYKOWYM 170G	HERBATA, CUKIER 250ML	
MASŁO 10G	ZIEMNIAKI 200G		
HERBATA, CUKIER 250ML	Z BIAŁEJ KAPUSTY		
SEREK KANAPKOWY 80G	KOMPOT 250ML		
POMIDOR 50G	KOKTAJL TRUSKAWKOWY 250ML		
MIÓD 1 SZT			
KIWI 1 SZT.			
GLUTEN SEZAM MLEKO	GLUTEN MLEKO	GLUTEN	

DIETA PAPKOWATA:

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	POMIDOROWA Z RYŻEM 300ML	SALATKA Z KASZY BULGUR, BROKUŁA, SZYNKI I OGÓRKA Z OLIWĄ – 350G	MUS OWOCOWY 150ML
PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	FILET NA PARZE W SOSIE POMIDOROWO- PAPRYKOWYM 170G	HERBATA, CUKIER 250ML	
MASŁO 10G	ZIEMNIAKI 200G		
HERBATA , CUKIER 250ML	WARZYWA GOTOWANE 130G		
SEREK KANAPKOWY 80G	KOMPOT 250ML		
POMIDOR 50G	KOKTAJL TRUSKAWKOWY 250ML		
JAJKO GOTOWANE 1 SZT.			
KIWI 1 SZT.			
GLUTEN MLEKO JAJKO	GLUTEN MLEKO	GLUTEN	

DIETA TRZUSTKOWA:

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	POMIDOROWA Z RYŻEM 300ML	SALATKA Z KASZY JĘCZMIENNEJ, BROKUŁA, SZYNKI I OLIWY – 350G	MUS OWOCOWY 150ML
PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	FILET NA PARZE W SOSIE POMIDOROWO- PAPRYKOWYM 170G	HERBATA, CUKIER 250ML	
MASŁO 10G	ZIEMNIAKI 200G		
HERBATA, CUKIER 250ML	WARZYWA GOTOWANE 130G		
SEREK KANAPKOWY 80G	KOMPOT 250ML		
POMIDOR 50G	KOKTAJL TRUSKAWKOWY 250ML		
MIIÓD 1 SZT.			
KIWI 1 SZT.			
GLUTEN MLEKO	GLUTEN MLEKO	GLUTEN	