

## JADŁOSPIS 17/02/2024 SOBOTA

### DIETA PODSTAWOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT OWOCOWY 1 SZT.	KEFIR 150ML	KAPUŚNIAK 300ML	BISZKOPTY 5 SZT	PIECZYWO 3 KROMKI, MIESZANE	CHAŁKA 70G
PIECZYWO 3 KROMKI, MIESZANE		RYŻ W SOSIE SŁODKO- KWAŚNYM 400G		MASŁO 10G	
POMIDOR 50G				HERBATA, CUKIER 250ML	
KAWA MLECZNA, CUKIER 250ML		KOKTAJL POMARAŃCZOWY 250M		DŻEM 1 SZT.	
MASŁO 10G		ZIEMNIAKI 200G		SER 60G	
SEREK TOPIONY 1 SZT.		KOMPOT 250ML		RUKOLA 10G	
SZYNKA DELKATESOWA 40G					
GRUSZKA 1 SZT					
<b>MLEKO, GLUTEN, SEZAM,</b>	<b>MLEKO</b>	<b>GLUTEN, MLEKO,</b>	<b>GLUTEN, JAJKO, MLEKO</b>	<b>GLUTEN SEZAM MLEKO</b>	<b>GLUTEN, MLEKO, JAJKO</b>

### DIETA CUKRZYCOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	KEFIR 150ML	KAPUŚNIAK 300ML	WAFLE RYŻOWE 3 SZT.	PIECZYWO 3 KROMKI, RAZOWE	KANAPKA Z PIECZYWA RAZOWEGO Z SAŁATĄ, MASŁEM/ CHUDĄ WĘDLINĄ
PIECZYWO 3 KROMKI, RAZOWE		FILET NA PARZE W SOSIE SZPINAKOWYM 170G		MASŁO 10G	
POMIDOR 50G		Z BIAŁEJ KAJPUSTY 130G		HERBATA	
KAWA MLECZNA 250ML		KOKTAJL POMARAŃCZOWY 250M		OGÓREK 50G	
MASŁO 10G		RYŻ BRĄZOWY 200G		SER 60G	
SEREK TOPIONY 1 SZT.		KOMPOT 250ML		RUKOLA 10G	
SZYNKA DELKATESOWA 40G					
GREJPFRT 0,5 SZT					
<b>MLEKO, GLUTEN, SEZAM,</b>	<b>MLEKO</b>	<b>GLUTEN, MLEKO,</b>		<b>GLUTEN SEZAM MLEKO</b>	<b>MLEKO, GLUTEN, SEZAM</b>

**DIETA LEKKOSTRAWNA/ WĄTROBOWA:**

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT OWOCOWY 1 SZT.	JARZYNOWA 300ML	PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	CHAŁKA 70G
PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	RYŻ W SOSIE SŁODKO-KWAŚNYM 400G	MASŁO 10G	
MASŁO 10G		HERBATA, CUKIER 250ML	
SZYNKA DELKATESOWA 40G	KOKTAJL POMARAŃCZOWY 250M	DŻEM 1 SZT.	
POMIDOR 50G	ZIEMNIAKI 200G	TWARÓG CHUDY 100G	
KAWA MLECZNA, CUKIER 250ML	KOMPOT 250ML	RUKOLA 10G	
SEREK KANAPKOWY 50G			
GREJPFRUT 0,5 SZT			
<b>MLEKO, GLUTEN,</b>	<b>GLUTEN, MLEKO,</b>	<b>GLUTEN MLEKO</b>	<b>GLUTEN, MLEKO, JAJKO</b>

**DIETA BOGATORESZTKOWA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY:**

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT OWOCOWY 1 SZT.	KAPUŚNIAK 300ML	PIECZYWO 3 KROMKI, RAZOWE	CHAŁKA 70G
PIECZYWO 3 KROMKI, RAZOWE	RYŻ BRAŹOWY W SOSIE SŁODKO-KWAŚNYM 400G	MASŁO 10G	
MASŁO 10G		HERBATA, CUKIER 250ML	
KAWA MLECZNA, CUKIER 250ML	KOKTAJL POMARAŃCZOWY 250M	DŻEM 1 SZT.	
SZYNKA DELKATESOWA 40G	ZIEMNIAKI 200G	TWARÓG CHUDY 100G	
POMIDOR 50G	KOMPOT 250ML	RUKOLA 10G	
SEREK KANAPKOWY 50G			
GRUSZKA 1 SZT			
<b>MLEKO, GLUTEN, SEZAM,</b>	<b>GLUTEN, MLEKO,</b>	<b>GLUTEN SEZAM MLEKO</b>	<b>GLUTEN, MLEKO, JAJKO</b>

**DIETA PAPKOWATA:**

<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>II KOLACJA/ POSILEK NOCNY</b>
JOGURT OWOCOWY 1 SZT.	KAPUŚNIAK 300ML	PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	CHAŁKA 70G
PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	RYŻ W SOSIE SŁODKO-KWAŚNYM 400G	MASŁO 10G	
MASŁO 10G		HERBATA, CUKIER 250ML	
SZYNKA DELKATESOWA 40G	KOKTAJL POMARAŃCZOWY 250M	DŻEM 1 SZT.	
KAWA MLECZNA, CUKIER 250ML	ZIEMNIAKI 200G	TWARÓG CHUDY 100G	
POMIDOR 50G	KOMPOT 250ML	OGÓREK 50G	
GRUSZKA 1 SZT			
SEREK KANAPKOWY 50G			
<b>MLEKO, GLUTEN,</b>	<b>GLUTEN, MLEKO,</b>	<b>GLUTEN MLEKO</b>	<b>GLUTEN, MLEKO, JAJKO</b>

**DIETA TRZUSTKOWA:**

<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>II KOLACJA/ POSILEK NOCNY</b>
JOGURT OWOCOWY 1 SZT.	JARZYNOWA 300ML	PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	CHAŁKA 70G
PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	RYŻ W SOSIE SŁODKO-KWAŚNYM 400G	MASŁO 10G	
MASŁO 10G		HERBATA, CUKIER 250ML	
SZYNKA DELKATESOWA 40G	KOKTAJL POMARAŃCZOWY 250M	DŻEM 1 SZT.	
POMIDOR 50G	ZIEMNIAKI 200G	TWARÓG CHUDY 100G	
KAWA MLECZNA, CUKIER 250ML	KOMPOT 250ML	RUKOLA 10G	
SEREK KANAPKOWY 50G			
GREJPFRUT 0,5 SZT			
<b>MLEKO, GLUTEN</b>	<b>GLUTEN, MLEKO,</b>	<b>GLUTEN MLEKO</b>	<b>GLUTEN, MLEKO, JAJKO</b>