

JADŁOSPIS 18/12/2023 PONIEDZIAŁEK

DIETA PODSTAWOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	SOK POMIDOROWY 150 ML	DYNIOWA Z MARCHEWKĄ 300ML	PODPŁOMYKI 3 SZT.	SALAŃKA Z KASZY BULGUR, BROKUŁA, SZYNKI I PAPPYKI Z OLIWĄ – 350G	MUS OWOCOWY 150ML
PIECZYWO 3 KROMKI, MIESZANE		SZARPANA WIEPRZOWINA W SOSIE PIECZENIOWYM 170G		HERBATA, CUKIER 250ML	
MASŁO 10G		ZIEMNIAKI 200G			
HERBATA, CUKIER 250ML		Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ 130G			
SER ŻÓŁTY 40G		KOMPOT 250ML			
POMIDOR 50G		KOKTAJL BISZKOPTOWO – WANILIOWY 250ML			
JAJKO GOTOWANE 1 SZT.					
KIWI 1 SZT.					
GLUTEN SEZAM MLEKO JAJKO		GLUTEN MLEKO JAJKO	GLUTEN	GLUTEN	

DIETA CUKRZYCOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	SOK POMIDOROWY ZE SIEMIENIEM LNIANYM 150 ML	DYNIOWA Z MARCHEWKĄ 300ML	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 3SZT.	SALAŃKA Z KASZY BULGUR, BROKUŁA, SZYNKI I PAPPYKI Z OLIWĄ – 350G	KANAPKA Z PIECZYWA RAZOWEGO Z SALAŃKĄ, MASŁEM/ CHUDĄ WĘDLINĄ
PIECZYWO 3 KROMKI, RAZOWE		SZARPANA WIEPRZOWINA W SOSIE PIECZENIOWYM 170G		HERBATA 250ML	
MASŁO 10G		RYŻ BRAZOWY 200G			
HERBATA 250ML		Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ 130G			
SER ŻÓŁTY 40G		KOMPOT 250ML			
POMIDOR 50G		KOKTAJL WANILIOWY 250ML			
JAJKO GOTOWANE 1 SZT.					
KIWI 1 SZT.					
GLUTEN SEZAM MLEKO JAJKO		GLUTEN MLEKO	GLUTEN	GLUTEN	MLEKO, GLUTEN

DIETA LEKKOSTRAWNA/ WĄTROBOWA:

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	DYNIOWA Z MARCHEWKĄ 300ML	SALAATKA Z KASZY JĘCZMIENNEJ, BROKUŁA, SZYNKI I OLIWY – 350G	MUS OWOCOWY 150ML
PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	SZARPANA WIEPRZOWINA W SOSIE PIECZENIOWYM 170G	HERBATA, CUKIER 250ML	
MASŁO 10G	ZIEMNIAKI 200G		
HERBATA, CUKIER 250ML	KALAFIOR GOTOWANY 130G		
TWARÓG CHUDY 2 PLASTRY	KOMPOT 250ML		
POMIDOR 50G	KOKTAJL BISZKOPTOWO – WANILIOWY 250ML		
JAJKO GOTOWANE 1 SZT.			
KIWI 1 SZT.			
GLUTEN MLEKO JAJKO	GLUTEN MLEKO JAJKO	GLUTEN	

DIETA BOGATORESZTKOWA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZY:

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	DYNIOWA Z MARCHEWKĄ 300ML	SALAATKA Z KASZY BULGUR, BROKUŁA, SZYNKI I PAPRYKI Z OLIWĄ – 350G	MUS OWOCOWY 150ML
PIECZYWO 3 KROMKI, RAZOWE	SZARPANA WIEPRZOWINA W SOSIE PIECZENIOWYM 170G	HERBATA, CUKIER 250ML	
MASŁO 10G	ZIEMNIAKI 200G		
HERBATA, CUKIER 250ML	Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ 130G		
TWARÓG CHUDY 2 PLASTRY	KOMPOT 250ML		
POMIDOR 50G	KOKTAJL BISZKOPTOWO – WANILIOWY 250ML		
MIÓD 1 SZT			
KIWI 1 SZT.			
GLUTEN SEZAM MLEKO	GLUTEN MLEKO JAJKO	GLUTEN	

DIETA PAPKOWATA:

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	DYNIOWA Z MARCHEWKĄ 300ML	SAŁATKA Z KASZY BULGUR, BROKUŁA, SZYNKI I PAPRYKI Z OLIWĄ – 350G	MUS OWOCOWY 150ML
PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	SZARPANA WIEPRZOWINA W SOSIE PIECZENIOWYM 170G	HERBATA, CUKIER 250ML	
MASŁO 10G	ZIEMNIAKI 200G		
HERBATA, CUKIER 250ML	KALAFIOR GOTOWANY 130G		
TWARÓG CHUDY 2 PLASTRY	KOMPOT 250ML		
POMIDOR 50G	KOKTAJL BISZKOPTOWO – WANILIOWY 250ML		
JAJKO GOTOWANE 1 SZT.			
KIWI 1 SZT.			
GLUTEN MLEKO JAJKO	GLUTEN MLEKO JAJKO	GLUTEN	

DIETA TRZUSTKOWA:

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 1 SZT.	DYNIOWA Z MARCHEWKĄ 300ML	SAŁATKA Z KASZY JĘCZMIENNEJ, BROKUŁA, SZYNKI I OLIWY – 350G	MUS OWOCOWY 150ML
PIECZYWO 3 KROMKI, BIAŁE	SZARPANA WIEPRZOWINA W SOSIE PIECZENIOWYM 170G	HERBATA, CUKIER 250ML	
MASŁO 10G	ZIEMNIAKI 200G		
HERBATA, CUKIER 250ML	KALAFIOR GOTOWANY 130G		
TWARÓG CHUDY 2 PLASTRY	KOMPOT 250ML		
POMIDOR 50G	KOKTAJL WANILIOWY 250ML		
MIIÓD 1 SZT.			
KIWI 1 SZT.			
GLUTEN MLEKO	GLUTEN MLEKO	GLUTEN	

