

„DIETA MAMY” Jadłospis dekadowy od dnia 24.02.2024 r. Do 04.03.2024 r.

<i>Data</i>	<i>Śniadanie</i>	<i>II Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Podwieczorek</i>	<i>Kolacja</i>	<i>Kolacja nocna</i>
24.02.2024 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski (50g) Miód (1szt) Papryka (100g) Sałata lodowa (1/10szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek grani/7/(1szt) Pomidorki koktajlowe (100g)	Zupa koperkowa /1,7,9/ G (350g) Zraz w sosie wł /1,3/ D (80g/100g) Ziemniaki G (200g) Buraczki z ogórkiem kiszonym G(100g) Kalafior G (100g) Kompot G (250g)	Bułka z sezamem z pastą z czerwonej fasoli z rukolą/1,11/ (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbasa śląska G (100g) Musztarda/10/(1szt) Pomidor (150g) Serek Haga/7/(1szt), Rzodkiewka (100g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Serek kanapkowy trójkąt/7/(2szt)
25.02.2024 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g) Dżem (1szt) Ogórek świeży(100g) Papryka żółta (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Kasza manna z sokiem malinowym/1,7/ G (250g)	Zupa wiejska z makaronem /1,3,7,9/ G (350g) Szynka duszona /1/ S (70g/100g) Kasza bulgur/1/ G (200g) Fasolka szparagowa G(100g) Marchew G (100g) Kompot G (250g)	Wafle ryżowe (2szt) Sok pomidorowy (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Krakowska (50g) Serek kiri/7/ (1szt) Pomidor (150g) Sałata (1/10szt) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Pasta meksykańska/6,9,10/ (1szt)
26.02.2024 PONIEDZIAŁEK	Płatki ryżowe na mleku/7/ G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/G (2szt) Majonez/3/(1szt) Ogórek kiszony(100g) Szynka gotowana (70g) Roszponka (1/10szt) Herbata owocowa G (250g)	Rogal maślany/1,3,7/ (1szt) Miód (1szt)	Zupa porowa /1,7,9/ G (350g) Pieczeń z karkówki w sosie chrzanowym/1,7/ S, D (70/120g) Ziemniaki G (200g) Surówka Colesław/3/ G(100g) Surówka z selera i jabłka/7,9/(100g) Kompot G (250g)	Tortilla z kurczakiem, serem i szpinakiem/1,3,7/ (1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ryba po grecku/4,9/D (200g) Serek kanapkowy/7/(1szt) Kiełki (10g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Jogurt naturalny/7/ (1szt)

LISTA ALERGENÓW: / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja

/ 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki

LEGENDA: D: Dieta łatwostrawna V: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu C: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywności

„DIETA MAMY” Jadłospis dekadowy od dnia 24.02.2024 r. Do 04.03.2024 r.

27.02.2024 WTOREK	Kasza jaglana na mleku/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica drobiowa (50g) Serek Haga/7/(1szt); Papryka(100g) Ogórek kiszony (100g) Herbata G (250g)	Bułka grahamka z serem żółtym i rukolą/1,7/(1szt)	Żurek /1,7,9/ G (350g) Pulpet mięsny w sosie pomidorowym/1,3/(80/120g) Ziemniaki G (200g) Sałata ze śmietaną/7/(1/8szt) Gruszka (1szt) Kompot G (250g)	Koktajl truskawkowy/7/ (250g)	Sałatka makaronowa z kurczakiem i warzywami/1,3,9/(200g) Żywiecka (50g) Pomidorki koktajlowe (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Serek kanapkowy trójkąt/7/ (2szt)
28.02.2024 ŚRODA	Makaron na mleku/1,3,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem /7/(100g) Pomidor (150g) Szynkowa (50g) Roszponka (1/10szt) Herbata G (250g)	Wafle ryżowe (2szt) Sok wielowarzywny (1szt)	Zupa kalafiorowa/1,7,9/ G (350g) Potrawka meksykańska /1/ S (250g) Ryż biały G (200g) Jabłko (160g) Mus owocowo-warzywny (1szt) Kompot G (250g)	Sałatka grecka/7/(250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa dr (70g) Ogórek świeży (100g) Dżem (1szt) Papryka żółta (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Paszтет wege/6,9,10/(1szt)
29.02.2024 CZWARTEK	Płatki owsiane na mleku/1,7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Filet z indyka(50g) Ogórek kiszony (100g) Serek kanapkowy/7/(1szt) Pomidor (150g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/ 7/(1szt) Banan (1szt)	Zupa pomidorowa z ryżem /1,7,9/ G (350g) Kotlety schabowe /1,3/ S (90g) Ziemniaki G (200g) Surówka z kapusty pekińskiej/3/ G (100g) Surówka z marchwi i jabłka/7/(100g) Kompot G (250g)	Suchary/1/(2szt) Serek almette/7/(2szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Leczo z kiełbasą S,D (200g) Serek Kiri/7/(1szt) Kiełki (10g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt)

LISTA ALERGENÓW: / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja

/ 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki

LEGENDA: **D:** Dieta łatwostrawna **V:** Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu **C:** Dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywnienia

„DIETA MAMY” Jadłospis dekadowy od dnia 24.02.2024 r. Do 04.03.2024 r.

01.03.2024 PIĄTEK	Kaszka kukurydziana na mleku/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/ G (1szt) Szynkowa (50g) Ogórek świeży(100g) Papryka żółta (100g) Herbata G (250g)	Kefir/7/(1szt) Mus owocowo-warzywny (1szt)	Zupa brokułowa/1,7,9/ G (350g) Ryba w sosie pomidorowym/1,4,9/ G (250g) Ziemniaki G (200g) Surówka z selera/7,9/(100g) Kiwi (1szt) Kompot G (250g)	Zupa krem z białych warzyw z nasionami słonecznika/1,7,9/ (250g)	Salátka makaronowa z kielbasą i szpinakiem/1,3,9/ D (200g) Serek Haga/7/(1szt) Rzodkiewka (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(1szt) Połędwica drobiowa (50g)
02.03.2024 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Połędwica sopocka (50g) Dżem (1szt) Pomidor (150g) Sałata (1/10szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt)	Zupa z soczewicy /1,7,9/ G (350g) Gulasz wieprzowy/1/ D (250g) Kaszka jęczmienna/1/ G (200g) Surówka z marchewki/7/(100g) Surówka z kapusty kiszzonej (100g) Kompot G (250g)	Galaretka owocowa (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g) Papryka (100g) Szynkowa dr (50g) Ogórek świeży (100g) Herbata G (250g)	Sok warzywny (1szt)
03.03.2024 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/ G (2szt) Rzodkiew (80g) Majonez/3/(1szt) Filet z indyka (50g) Ogórek kiszony (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Kaszka manna z owocami/1,7/ (250g)	Zupa jarzynowa/1,7,9/ G (350g) Pieczeń z szynki /1/ D (70g/100g) Ziemniaki G (200g) Sałata z sosem winegret/10/(1/8szt) Marchew G (100g) Kompot G (250g)	Suchary/1/(2szt) Pasta hummus/11/(1szt)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Śląska drobiowa G (100g) Musztarda/10(1szt) Pomidor (150g) Serek Haga/7/(1szt) Rukola (1/10szt) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/(1szt)
04.03.2024 PONIEDZIAŁEK	Ryż na mleku/7/ G (350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa (50g) Miód (1szt) Pomidor (150g) Papryka żółta (100g) Herbata owocowa G (250g)	Bułka wieloziarnista z pastą wegetariańską i roszką /1,6,9,10/(1szt)	Zupa szpinakowa /1,7,9/ G (350g) Boeuf Strogonow S,D (250g) Makaron razowy/1,3/ G (200g) Jabłko (160g) Sok wielowarzywny (1szt) Kompot G (250g)	Salátka ryżowa z brokułem, kukurydzą i sosem jogurtowym/7/ (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Połędwica sopocka (70g) Ogórek kiszony (100g) Serek kanapkowy trójkąt/7/(1szt) Pomidorki koktajlowe (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Schab faszerowany (50g)

LISTA ALERGENÓW: / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja

/ 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - łubin / 14/ - mięczaki

LEGENDA: **D:** Dieta łatwostrawna **V:** Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu **C:** Dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywnienia