

JADŁOSPIS
29.01.2024 r. - 04.02.2024 r.

29.01.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA

KAKAO NA MLEKU 300ml, SER TWARDY 70g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, BUŁKA GRAHAMKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

PARÓWKA 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250 ml, **CUK-** PARÓWKA 70g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 100g

OBIAD D. PODSTAWOWA

ZUPA RYŻANKA NA ROSOLE 300ml, FASOLKA PO BRETOŃSKU 200g, PIECZYWO 100g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

KIEŁBASA ŻYWIECKA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 100g, HERBATA 250ml

KOLACJA D. PODSTAWOWA

PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ml, LENSZMIT 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml, JABŁKO 100g

E-2650KCAL, B-98G, T-72G, W-290G

ŚNIADANIE D. LEKKOSTRAWNA

KAKAO NA MLEKU 300ml, WĘDLINA 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

PARÓWKA 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml, **CUK-**PARÓWKA 70g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 100g

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA

ZUPA RYŻANKA NA ROSOLE 300ml, PULPETY W SOSIE POMIDOROWYM 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml,

PODWIECZOREK

KIEŁBASA ŻYWIECKA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 100g

KOLACJA D. LEKKOSTRAWNA

PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ml, LENSZMIT 50g, SAŁATA, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

E-2330KCAL, B-90G, T-60G, W-310G

30.01.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA

MAKARON NA MLEKU 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA 50g, PAPRYKA KOSERWOWA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA Z CYTRYNĄ 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

BISZKOPTY 50g, **CUK**- KRAKERSY 80g

OBIAD D. PODSTAWOWA

ZUPA FLAKI 300ml, PIECZYWO 100g, MAKARON Z TWAROGIEM 200g, HERBATA 250ml, JABŁKO 100g

PODWIECZOREK

SER TOPIONY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

KOLACJA D. PODSTAWOWA

KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU 250ml, SER TOPIONY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

E-2480KCAL, B-70G, T-80G, W-291G

ŚNIADANIE DIETA LEKKOSTRAWNA

KAWA NA MLEKU 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA Z CYTRYNĄ 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

BISZKOPTY 50g, **CUK**- KRAKERSY 80g

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA

ZUPA JAGLANA NA ROSOLE 300ml, POTRAWKA Z KURCZKA 150g, ZIEMNIAKI 200g, SAŁATA ZE ŚMIATANĄ 100g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

SER TOPIONY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

KOLACJA DIETA LEKKOSTRAWNA

KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU 250ml, SER TOPIONY 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml, **CUK**- SZYMKOWA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 150g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml

E-2350KCAL, B-98G, T-71G, W-280G

31.01.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA

PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU 300ml, KIEŁBASA SZYNKOWA 30g, SER TOPIONY 50g, MASŁO 10g, OGÓREK KWASZONY 50g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

JOGURT 150g, BUŁKA 100g

OBIAD D. PODSTAWOWA

ZUPA KRUPNIK 300ml, PIECZYWO 50g, ŻEBERKO DUSZONE 200g, SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

BUDYŃ Z SOKIEM 200g, **CUK-** SZYNKA GOTOWANA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 100g

KOLACJA D. PODSTAWOWA

KAWA NA MLEKU 300ml, PIECZEŃ RZYMSKA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, POMIDOR 50g, HERBATA 250ml

W-2450KCAL, B-110G, T-80G, W-285G

ŚNIADANIE D. LEKKOSTRAWNA

PLATKI RYŻOWE NA MLEKU 300ml, KIEŁBASA SZYNKOWA 50g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

JOGURT 150g, BUŁKA 100g

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA

ZUPA KRUPNIK 300ml, GULASZOWE W WARZYSKACH 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

BUDYŃ Z SOKIEM 200 g, CUK-SZYNKA GOTOWANA 50g, MASŁO10g, CHLEB RAZOWY100g

KOLACJA D. LEKKOSTRAWNA

KAWA NA MLEKU 300ml, POŁĘDWICA DROBIOWA 100g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, POMIDOR 50g, HERBATA 250ml

W-2200KCAL, B-110G, T-78G, W-290G

01.02.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA

KASZA MANNA NA MLEKU 300ml, KIEŁBASA KRAKOWSKA 50g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, POMIDOR 50g

DRUGIE ŚNIADANIE

KEFIR 200ml, BUŁKA 100g

OBIAD D. PODSTAWOWA

ZUPA OGÓRKOWA 300ml, PIECZYWO 100g, PULPETY W SOSIE POMIDOROWYM 150g, SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY 150g, RYŻ 100g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

JABŁKO GOTOWANE 150g

KOLACJA

KAWA NA MLEKU 250ml, POŁĘDWICA Z INDYKA 50g, PAPRYKA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

W-2400KCAL, B-88G, T-65G, W-298G

ŚNIADANIE D. LEKKOSTRAWNA

KASZA MANNA NA MLEKU 250ml, SZYNKA GOTOWANA 50g, POMIDOR 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250g

DRUGIE ŚNIADANIE

KEFIR 200ml, BUŁKA 100g

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA

ZUPA ZIEMNIACZANA 300g, PULPETY Z SOSEM POMIDOROWYM 150g, RYŻ 100g, SURÓWKA Z MARCHWI 150g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

JABŁKO GOTOWANE 150g

KOLACJA D. LEKKOSTRAWNA

KAWA NA MLEKU 250ml, POŁĘDWICA Z INDYKA 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250g

E-2290 KCAL, B-90G, T-76G, W-278G

02.02.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA

KASZA JAGLANA NA MLEKU 250ml, KIEŁBASA ŻYWIECKA 50g, MASŁO 10g, SAŁATA 5g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

TWAROŻEK 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

OBIAD D. PODSTAWOWA

ZUPA BARSZCZ CZERWONY 300ml, PIECZYWO 50g, RYBA SMAŻONA 150g, SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

WĘDLINA DROBIOWA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

KOLACJA D. PODSTAWOWA

KAWA NA MLEKU 250ml, PASTA JAJECZNA Z NATKĄ PIETRUSZKI 100g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

E-2440KCAL, B-80G, T- 86G, W-310G

ŚNIADANIE D. LEKKOSTRAWNA

KASZA JAGLANA NA MLEKU 250ml, KIEŁBASA ŻYWIECKA 50g, SAŁATA 5g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

TWAROŻEK Z KOPERKIEM 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA

ZUPA BARSZCZ CZERWONY 300ml, RYBA GOTOWANA W WARZYSKACH Z SOSEM 250g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

WĘDLINA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

KOLACJA D. LEKKOSTRAWNA

KAWA NA MLEKU 300ml, PASTA JAJECZNA Z NATKĄ PIETRUSZKI 100g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

E-2200KCAL, B-90G, T-70G, W-260G

03.02.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA

KAWA NA MLEKU 250ml, KIEŁBASA KRAKOWSKA 50g, OGÓREK KONSERWOWY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

JOGURT OWOCOWY 150g, **CUK**-JOGURT NATURALNY 180g

OBIAD D. PODSTAWOWA

ZUPA ZIEMNIACZANA Z GROSZKIEM 300ml, PIECZYWO 100g, GULASZ WIEPRZOWY 100g, KASZA JĘCZMIENNA 100g, OGÓREK KWASZONY 100g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

PASZTET ROBIOWY 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250g

KOLACJA

PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU 300ml, PARÓWKA 70g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

E -2500KCAL, B- 98G, T- 66G, W290G

ŚNIADANIE D. LEKKOSTRAWNA

KAWA NA MLEKU 250ml, KIEŁBASA KRAKOWSKA 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, POMIDOR 50g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

JOGURT OWOCOWY 150g, **CUK**-JOGURT NATURALNY 180g

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA

ZUPA ZIEMNIACZANA Z GROSZKIEM 300ml, GULASZ DROBIOWY 150g, KASZA JĘCZMIENNA 100g, HERBATA 250ml, **CUK**-ZUPA ZIEMNIACZANA Z GROSZKIEM 300ml, GULASZ DROBIOWY 150g, KASZA JĘCZMIENNA 100g, OGÓREK KWASZONY 100g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml

PODWIECZOREK

PASZTET PIECZONY 100g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250g

KOLACJA DIETA LEKKOSTRAWNA

PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU 300ml, PARÓWKA 70g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

E- 2300KCAL, B-60G, T-70G, W-290G

04.02.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA

KAWA NA MLEKU 300ml, OGONÓWKA 50g, PAPRYKA ŚWIEŻA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

JAJKO 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

OBIAD D. PODSTAWOWA

BARSZCZ BIAŁY Z JAJIEM 300ml, PIECZYWO 50g, BRYZOL DROBIOWY 150g, MARCHEWKA Z GROSZKIEM 200g, ZIEMNIAKI 200g, NAPOJ OWOCOWY 250ml

PODWIECZOREK

KIEŁBASA SZYNKOWA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 100g, HERBATA 250ml

KOLACJA

KAWA NA MLEKU 250ml, SEREK BIELUCH 150g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, RZODKIEWKA 50g

W-2530KCAL, B-80G, T-84G, W-320G

ŚNIADANIE D. LEKKOSTRAWNA

KASZA MANNA NA MLEKU 250ml, OGONÓWKA 50g, SAŁATA 5g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

JAJKO 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA

BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM 300ml, FILET Z KURCZAKA W SOSIE PIETRUSZKOWYM 150g, MARCHEWKA Z GROSZKIEM 200g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

KIEŁBASA SZYNKOWA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 100g, HERBATA 250ml

KOLACJA

KAWA NA MLEKU 250ml, SEREK BIELUCH 150g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, POMIDOR 50g

E-2240KCAL, B-85G, T-77G, W-288G