

JADŁOSPIS 18.03.2024 r. - 24.03.2024 r.

18.03.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE KAKAO NA MLEKU 250ml, PASTA JAJECZNA Z NATKĄ PIETRUSZKI 70g, MASŁO 10g, BUŁKA GRAHAMKA 100g, POMIDOR 50g, HERBATA 250 ml

DRUGIE ŚNIADANIE PARÓWKA 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g, HERBATA 250ml

OBIAD ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM 300ml, FASOLKA PO BRETOŃSKU 200g, PIECZYWO 100g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK DŻEM 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g

KOLACJA KAWA NA MLEKU 300ml, KIEŁBASA KRAKOWSKA 50g, OGÓREK ZIELONY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

POSIŁEK DODATKOWY SEREK BIELUCH 150g

E-2400KCAL, B-95G, T-60G, W-280G

DIETA LEKKOSTRAWNA(2)

ŚNIADANIE KAKAO NA MLEKU 250ml, PASTA JAJECZNA Z NATKĄ PIETRUSZKI 70g, MASŁO 10g, POMIDOR 50g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE PARÓWKA 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g

OBIAD ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM 300ml, PULPETY Z SOSEM KOPERKOWYM 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK DŻEM 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g

KOLACJA KAWA NA MLEKU 300 ml, KIEŁBASA KRAKOWSKA 50g , MASŁO 10g , BUŁKA 100g , HERBATA 250ml

POSIŁEK DODATKOWY SEREK BIELUCH 150g

E-2130KCAL, B-110G, T-50G, W-260G

19.03.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 250ml, SZYMKOWA 50g, TWAROŻEK 50g, PAPRYKA ŚWIEŻA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 150g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE DROŻDŻÓWKA 100g, **CUK-KRAKERSY** 80g

OBIAD ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM 300ml, MORTADELA W CIEŚCIE NALEŚNIKOWYM 100g, SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK PIECZEŃ 50g, MASŁO 10g, CHLEB 50g, HERBATA 250ml

KOLACJA PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 250ml, SER TOPIONY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, RZODKIEWKA 50g, HERBATA 250ml, JABŁKO 150g

POSIŁEK DODATKOWY

KEFIR 200g

E-2380KCAL, B-170G, T-66G, W-321G

DIETA LEKKOSTRAWNA(2)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 250ml, SZYMKOWA 50g, TWAROŻEK 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

DROŻDŻÓWKA 100g, **CUK-KRAKERSY** 80g

OBIAD ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM 300ml, RISOTTO WOŁOWO-WARZYNNE Z SOSEM PIETRUSZKOWYM 100g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 250ml, SER TOPIONY 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml, JABŁKO 150g

POSIŁEK DODATKOWY

KEFIR 200g

E-2050KCAL, B-110G, T-60G, W-218G

20.03.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE

KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU 300ml, PASZTETOWA DROBIOWA 100g, OGÓREK KISZONY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE KIEŁBASA 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g

OBIAD ZUPA GROCHÓWKA 300ml, CHLEB 100g, WĄTROBA WIEPRZOWA Z CEBULKĄ 150g, SURÓWKA Z MARCHWI I CHRZANU 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA KAWA NA MLEKU 250ml, JAJKO 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, SAŁATA 5g, HERBATA 250ml

POSIŁEK DODATKOWY

JOGURT 150g

W-2300KCAL, B-120G, T-70G, W-265G

DIETA LEKKOSTRAWNA(2)

ŚNIADANIE KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU 300ml, POŁĘDWICA SOPOCKA 50g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE KIEŁBASA 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g

OBIAD ZUPA KRUPNIK 300ml, POTRAWKA Z KURCZAKA 150g, SURÓWKA Z MARCHWI 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

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

KOLACJA KAWA NA MLEKU 250ml, JAJKO 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, SAŁATA 5g, HERBATA 250ml

DODATKOWY POSIŁEK

JOGURT 150g

W-1900KCAL, B-130G, T-58G, W-230G

21.03.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 250ml, KONSERWA RYBNA Z CEBULKĄ 80g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

BUDYŃ 200ml

OBIAD ZUPA KALAFIOROWA 300ml, CHLEB 50g, GULASZ WIEPRZOWY 100g, KASZA JĘCZMIENNA 100g, SAŁATA MASŁOWA Z OLEJEM 100g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

JABŁKO GOTOWANE 200g

KOLACJA KASZA JAGLANA NA MLEKU 300ml, DŻEM 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml, JABŁKO 150g

DODATKOWY POSIŁEK

SEREK WIEJSKI 120g

W-2200KCAL, B-90G, T-55G, W-288G

DIETA LEKKOSTRAWNA(2)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 250ml, SZYNKA GOTOWANA 50g, POMIDOR 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250g

DRUGIE ŚNIADANIE

BUDYŃ 200ml

OBIAD ZUPA KALAFIOROWA 300ml, SCHAB W SOSIE 150g, SAŁATA Z OLEJEM 100g, KASZA JĘCZMIENNA 100g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

JABŁKO GOTOWANE 150g

KOLACJA KASZA JAGLANA NA MLEKU 250ml, DŻEM 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250g, JABŁKO 150g, **CUK-SCHAB** PIECZONY 50g

DODATKOWY POSIŁEK

SEREK WIEJSKI 120g

E-2190 KCAL, B-80G, T-59G, W-270G

22.03.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU 300ml, SER TWARDY 70g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

JAJKO 50g, MASŁO 10g, CHLEB 50g, HERBATA 250ml

OBIAD ZUPA BARSZCZ CZERWONY 300ml, PIECZYWO 100g, PYZY ZIEMNIACZANE Z SOSEM WĘGIERSKIM 300g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

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

KOLACJA– KAWA NA MLEKU 250ml, TWAROŻEK Z RZODKIEWKĄ 70g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

DODATKOWY POSIŁEK

JOGURT 150g

E-2300KCAL, B-110G, T- 66G, W-270G

DIETA LEKKOSTRAWNA(2)

ŚNIADANIE PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU 300ml, SCHAB PIECZONY 50g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE JAJKO 50g, MASŁO 10g, CHLEB 50g, HERBATA 250ml

OBIAD ZUPA BARSZCZ CZERWONY 300ml, RYBA PAROWANA Z WARZYWAMI 200g, ZIEMNIAKI 300g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA KAWA NA MLEKU 250ml, TWAROŻEK Z KOPERKIEM 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DODATKOWY POSIŁEK

JOGURT 150g

E-2180KCAL, B-100G, T-60G, W-240G

23.03.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 250ml, POŁĘDWICA DROBIOWA 50g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD ZUPA ZIEMNIACZANA Z GROSZKIEM 300ml, PIECZYWO 50g, MIĘSO GULASZOWE W WARZYWACH 150g, OGÓREK KWASZONY 100g, RYŻ 100g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK

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

KOLACJA PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU 300ml, PARÓWKA 70g, KETCHUP 20g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DODATKOWY POSIŁEK

SEREK BIELUCH 150g

E -2200KCAL, B- 102G, T- 56G, W280G

DIETA LEKKOSTRAWNA(2)

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

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

OBIAD ZUPA ZIEMNIACZANA Z GROSZKIEM 300ml, MIĘSO GULASZOWE W WARZYWACH 150g, RYŻ 100g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK PASZTET PIECZONY 100g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g, HERBATA 250g

KOLACJA PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU 300ml, PARÓWKA 70g, KETCHUP 20g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DODATKOWY POSIŁEK

SEREK BIELUCH 150g

E- 2100KCAL, B-55G, T-62G, W-270G

24.03.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 250ml, OGONÓWKA 50g, SAŁATA 5g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA Z CYTRYNĄ 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE JAJKO 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g, HERBATA 250ml

OBIAD D. PODSTAWOWA ZUPA MANNA NA ROSOLE 300ml, KOTLET SCHABOWY 100g, BURACZKI 200g, ZIEMNIAKI 200g, NAPOJ OWOCOWY 250ml

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

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

DODATKOWY POSIŁEK

KEFIR 200ml

W-2300KCAL, B-70G, T-64G, W-280G

DIETA LEKKOSTRAWNA(2)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 250ml, OGONÓWKA 50g, SAŁATA 5g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE JAJKO 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g, HERBATA 250ml

OBIAD ZUPA MANNA NA ROSOLE 300ml, FILET Z KURCZAKA W SOSIE PIETRUSZKOWYM 150g, BURACZKI 200g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA MAKARON NA MLEKU 250ml, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, POMIDOR 50g

DODATKOWY POSIŁEK

KEFIR 200ml

E-2040KCAL, B-60G, T-60G, W-248G