

JADŁOSPIS 13.05.2024 r. - 19.05.2024 r.

13.05.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE KAKAO NA MLEKU 250ml, SER TWARDY 50g, KIEŁBASA ŻYWIECKA 40g, MASŁO 10g, POMIDOR 50g, BUŁKA GRAHAMKA 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE SEREK WANILIOWY 150g

OBIAD ZUPA ZACIERKA 300ml, RISOTTO WOŁOWO-WARZYNNE Z SOSEM POMIDOROWYM 200g, SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY 150g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK PARÓWKA 70g, MASŁO 10g, CHLEB 50g

KOLACJA PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ml, PASZTET 50g, OGÓREK ZIELONY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

POSIŁEK DODATKOWY JOGURT 150g

E-2450KCAL, B-95G, T-60G, W-280G

DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)

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

DRUGIE ŚNIADANIE SEREK WANILIOWY 150g

OBIAD ZUPA ZACIERKA 300ml, RISOTTO WOŁOWO-WARZYNNE Z SOSEM POMIDOROWYM 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK PARÓWKA 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 50g

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

POSIŁEK DODATKOWY JOGURT 150g

E-2230KCAL, B-110G, T-50G, W-260G

14.05.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU 300ml, KIEŁBASA SZYNKOWA 50g, PAPRYKA ŚWIEŻA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE DROŻDŻÓWKA 100g, **CUK** JABŁKO 150g

OBIAD ZUPA KALAFIOROWA 300ml, FORSZMAK 200g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK SCHAB PIECZONY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 50g, HERBATA 250ml

KOLACJA KAWA NA MLEKU 250ml, PASTA JAJECZNA Z NATKĄ PIETRUSZKI 75g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, SAŁATA 10g, HERBATA 250ml

POSIŁEK DODATKOWY KEFIR 200g

E-2480KCAL, B-170G, T-66G, W-321G

DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)

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

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

OBIAD ZUPA KALAFIOROWA 300ml, SCHAB W SOSIE 150g, SAŁATA Z SOSEM WINEGRET 100g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK SCHAB PIECZONY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

KOLACJA KAWA NA MLEKU 250ml, PASTA JAJECZNA Z NATKĄ PIETRUSZKI 75g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml, SAŁATA 10g

POSIŁEK DODATKOWY KEFIR 200g

E-2150KCAL, B-110G, T-60G, W-218G

15.05.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 250ml, TWAROŻEK 50g, DŻEM 50g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE BUDYŃ 200ml

OBIAD ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ml, KURCZAK PIECZONY 250g, MARCHEWKA Z GROSZKIEM 200g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK JABŁKO GOTOWANE 200g

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

DODATKOWY POSIŁEK SEREK WIEJSKI 120g

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

DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)

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

DRUGIE ŚNIADANIE BUDYŃ 200ml

OBIAD ROSÓŁ Z MAKARONEM 300ml, KURCZAK GOTOWANY 250g, MARCHEWKA Z GROSZKIEM 200g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK JABŁKO GOTOWANE 150g

KOLACJA KASZA JAGLANA NA MLEKU 250ml, KIEŁBASA KRAKOWSKA 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250g, JABŁKO 150g

DODATKOWY POSIŁEK SEREK WIEJSKI 120g

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

16.05.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA 50g, PAPRYKA ŚWIEŻA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

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

OBIAD ZUPA GROCHÓWKA 300ml, CHLEB 100g, PULPETY WIEPRZOWE 100g, KASZA JĘCZMIENNA 100g, SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY 150g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA KASZA MANNA NA MLEKU 300ml, MIÓD 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

POSIŁEK DODATKOWY JOGURT 150g

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

DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA 50g, SAŁATA 10g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

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

OBIAD ZUPA ZIEMNIACZNA NA ROSOLE 300ml, GULASZ DROBIOWY 100g, SAŁATKA Z POMIDORÓW 150g, KASZA JĘCZMIENNA 100g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA KASZA MANNA NA MLEKU 300ml, MIÓD 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

DODATKOWY POSIŁEK JOGURT 150g

W-2100KCAL, B-130G, T-58G, W-230G

17.05.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

ŚNIADANIE KAWA NA MLEKU 300ml, MAKRELA WĘDZONA 100g, 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-2390KCAL, B-110G, T- 66G, W-270G

DIETA ŁATWOSTRAWNA(2)

ŚNIADANIE KAWA 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

18.05.2024

DIETA PODSTAWOWA(1)

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

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

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

PODWIECZOREK PASZTET DROBIOWY 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 ŁATWOSTRAWNA(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 Z GROSZKIEM 300ml, MIĘSO GULASZOWE W WARZYSWACH 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

19.05.2024

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, SER TOPIONY 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, POMIDOR 50g

DODATKOWY POSIŁEK KEFIR 200ml

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

DIETA ŁATWOSTRAWNA(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, SER TOPIONY 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, POMIDOR 50g

DODATKOWY POSIŁEK KEFIR 200ml

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