

JADŁOSPIS OD 15.07.2024 do 21.07.2024

15.07.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA KAKAO NA MLEKU 250ml, MIÓD 50g, MASŁO 10g, BUŁKA GRAHAMKA 100g, HERBATA 250ml, SER TWARDY 70g

DRUGIE ŚNIADANIE SERDELEK 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

OBIAD D. PODSTAWOWA BROKUŁOWA NA ROSOLE 300ml, BIGOS 200g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK SEREK BIELUCH 150g

KOLACJA D. PODSTAWOWA PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ml, LENSZMIT 50g, PAPRYKA KONSERWOWA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

E-2400KCAL, B-95G, T-68G, W-310G

ŚNIADANIE D. LEKKOSTRAWNA KAKAO NA MLEKU 250ml, MIÓD 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml, JABŁKO 150g, **CUK** KAKAO NA MLEKU 250ml, SER TWARDY 70g, OGÓREK 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 150g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE SERDELEK 70g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA BROKUŁOWA NA ROSOLE 300ml, PULPETY DROBIOWE 100g, ZIEMNIAKI 200g, SAŁATA ZE SMIATANĄ 100g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK SEREK BIELUCH 150g

KOLACJA D. LEKKOSTRAWNA PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 300ml, LENSZMIT 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, POMIDOR 50g, HERBATA 250ml

DODATKOWY POSIŁEK JOGURT 180ml

E-2030KCAL, B-110G, T-65G, W-290G

16.07.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA KAWA NA MLEKU 250ml, KIEŁBASA KRAKOWSKA 50g, OGÓREK 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 150g, HERBATA Z CYTRYNĄ 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE JOGURT OWOCOWY 150g

OBIAD D. PODSTAWOWA PEJZANKA 300ml, PIECZYWO 100g, KOTLET MIELONY 100g, SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY 150g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA D. PODSTAWOWA KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU 250ml, DŻEM 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

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

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

DRUGIE ŚNIADANIE JOGURT OWOCOWY 150g

OBIAD D.LEKKOSTRAWNA PEJZANKA 300ml, MIĘSO GULASZOWE W JARZYNACH 200g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA DIETA LEKKOSTRAWNA KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU 250ml, DŻEM 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml **CUK** TWARÓG 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 150g, SAŁATA 50g, HERBATA BEZ CUKRU 250ml

DODATKOWY POSIŁEK KEFIR 200ml

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

17.07.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA PŁATKI RYŻOWE NA MLEK 300ml, KIEŁBASA SZYNKOWA 30g, SER TWARDY 30g, MASŁO 10g, PAPRYKA ŚWIEŻA 30g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

DRUGIE ŚNIADANIE DROŻDŻÓWKA 100g, **CUK** KIEŁBASA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 100g, HERBATA 200ml

OBIAD D. PODSTAWOWA ZUPA KRUPNIKI 300ml, PIECZYWO JASNE 100g, SOS NAPOLI Z MAKARONEM 200g, JABŁKO 100g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA D. PODSTAWOWA KAWA NA MLEKU 300ml, PASZTETOWA DROBIOWA 100g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, POMIDOR 50g, HERBATA 250ml

W-2300KCAL, B-150G, T-90G, W-295G

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

DRUGIE ŚNIADANIE DROŻDŻÓWKA 100g, **CUK** KIEŁBASA 50g, MASŁO 10g, CHLEB RAZOWY 100g

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA 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 100g

KOLACJA D. LEKKOSTRAWNA KAWA NA MLEKU 300ml, PASZTETOWA DROBIOWA 100g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, POMIDOR 50g, HERBATA 250ml

DODATKOWY POSIŁEK SEREK NATURALNY 150ml

W-1900KCAL, B-130G, T-80G, W-270G

18.07.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU 300ml, TWARÓG 50g, OGONÓWKA 40g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, OGOREK KONSERWOWY 50g

DRUGIE ŚNIADANIE KEFIR 200ml, BUŁKA 100g

OBIAD D. PODSTAWOWA ZUPA MANNA NA ROSOLE 300ml, PIECZYWO 100g, BRYZOL DROBIOWY 150g, BURACZKI ZASMAŻANE 300g, ZIEMNIAKI 200g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK JABŁKO GOTOWANE 150g

KOLACJA KAWA NA MLEKU 250ml, PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM 70g, PAPRYKA 50g, MASŁO 10g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml

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

ŚNIADANIE D. LEKKOSTRAWNA PŁATKI RYŻOWE NA MLEKU 250ml, OGONÓWKA 40g, TWARÓG 50g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250g, SAŁATA 10g

DRUGIE ŚNIADANIE KEFIR 200ml, BUŁKA 100g

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA ZUPA MANNA NA ROSOLE 300g, FILET W SOSIE KOPERKOWYM 150g, ZIEMNIAKI 200g, BURACZKI 300g, HERBATA 250ml

PODWIECZOREK JABŁKO GOTOWANE 150g

KOLACJA D. LEKKOSTRAWNA KAWA NA MLEKU 250ml, PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM 70g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250g

DODATKOWY POSIŁEK SEREK NATURALNY 150ml

E-1990 KCAL, B-80G, T-59G, W-270G

19.07.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA KASZA JAGLANA NA MLEKU 250ml, BALERON DROBIOWY 50g, MASŁO 10g, SAŁATA 5g, CHLEB 150g, HERBATA 250ml, POMIDOR 50g

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

OBIAD D. PODSTAWOWA ZUPA BARSZCZ CZERWONY 300ml, PIECZYWO 100g, RYBA SMAŻONA 150g, ZIEEMNIAKI 200g, SURÓWKA Z KWASZONEJ KAPUSTY 150g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA D. PODSTAWOWA KAWA NA MLEKU 250ml, PARÓWKA 70g, KETCHUP 5g, OGÓREK KWASZONY 50g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

E-2200KCAL, B-90G, T- 66G, W-270G

ŚNIADANIE D. LEKKOSTRAWNA KASZA JAGLANA NA MLEKU 250ml, BALERON DROBIOWY 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, RISOTTO WOŁOWO-WARZYWNE Z SOSEM KOPERKOWYM 300g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA D. LEKKOSTRAWNA KAWA NA MLEKU 300ml, PARÓWKA 70g, KETCHUP 5g, MASŁO 10g, CHLEB 100g, HERBATA 250ml

DODATKOWY POSIŁEK JOGURT 180ml

E-2100KCAL, B-100G, T-60G, W-240G

20.07.2024

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 ZACIERKA NA ROSOLE 30ml, MORTADELA W CIEŚCIE NALEŚNIKOWYM 100g, ZIEMNIAKI 200g, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁEK 150g, HERBATA 250ml

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

KOLACJA_PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU 300ml, SER TOPIONY 50g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, HERBATA 250ml

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

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 ZACIERKA NA ROSOLE 300ml, GULASZ DROBIOWY 150g, RYŻ 100g, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁEK 150g, HERBATA 200ml

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

KOLACJA DIETA LEKKOSTRAWNA_PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU 300ml, SER TOPIONY 50g, POMIDOR 50g, MASŁO 10g, BUŁKA 100G, HERBATA 250ml

POSILEK DODATKOWY JABŁKO 100g

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

21.07.2024

ŚNIADANIE D. PODSTAWOWA HERBATA Z CYTRYNĄ 250ml, OGONÓWKA 50g, PAPRYKA ŚWIEŻA 50G, MASŁO 10g, CHLEB 150g, BANAN 100g

DRUGIE ŚNIADANIE GALARETKA OWOCOWA 200ml, **CUKRZYCA** KRAKERSY 50g, JABŁKO 50g

OBIAD D. PODSTAWOWA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM 300ml, RUMSZTYK 150g, SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ 150g, ZIEMNIAKI 200g, NAPOJ OWOCOWY 250ml

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

KOLACJA KAWA NA MLEKU 250ml, TWAROŻEK Z KOPERKIEM 100g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, RZODKIEWKA 50g

W-2300KCAL, B-60G, T-64G, W-320G

ŚNIADANIE D.LEKKOSTRAWNA HERBATA Z CYTRYNĄ 250ml, OGONÓWKA 50g, SAŁATA 5g, MASŁO 10g, BUŁKA 100g, JABŁKO 150g

DRUGIE ŚNIADANIE GALARETKA OWOCOWA 200ml **CUKRZYCA** KRAKERSY 50g, JABŁKO 50g

OBIAD D. LEKKOSTRAWNA ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM 300ml, FILET Z KURCZAKA W SOSIE PIETRUSZKOWYM 150g, SAŁATAK Z POMIDORÓW 150g, ZIEMNIAKI 1200g, NAPÓJ OWOCOWY 250ml

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

KOLACJA KAWA NA MLEKU 250ml, TWAROŻEK Z KOPERKIEM 100g, BUŁKA 100g, MASŁO 10g, HERBATA 250ml, POMIDOR 50g

POSIŁEK DODATKOWY SEREK WANILIOWY 150ml

E-2040KCAL, B-60G, T-60G, W-288