| **JADŁOSPIS KWIECIEŃ** | | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | **DIETA LEKKOSTRAWNA** | | **DIETA CUKRZYCOWA** | | **DIETA WĄTROBOWA** | |
| **22.04.24**  **PONIEDZIAŁEK** | śniadanie | | Kasza gryczana, chleb, masło, wędlina, ogórek, herbata (1,7) | | Kasza gryczana, chleb razowy, masło, wędlina, ogórek, herbata (1,7) | Płatki jęczmienne chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek | |  | | Jogurt, otręby pszenne (1,7) |  |
| obiad | | Szczawiowa z jajkiem, klopsiki wp. w sosie pieczeniowym, ziemniaki, surówka z białej kapusty, napój (1,3,7,9) | | Szczawiowa z jajkiem, pulpety wp. w sosie pieczeniowym, ziemniaki, surówka z białej kapusty, herbata (1,3,7,9) | Ziemniaczana, pulpety wp. gotowane, ziemniaki, marchewka, napój (1,7,9) |
| kolacja | | Chleb, masło, ser żółty, pomidor, herbata (1,7) | | Chleb razowy, masło, ser żółty, pomidor, herbata (1,7) | chleb, masło, twarożek, herbata (1,7) |
| Dodatek C | |  | | Chleb, masło, wędlina, (1,7) |  |
|  | Dodatek II | | Herbatniki | |  | Herbatniki |
|  |  | | K: 2039, B: 30,59g, T; 50,98, KT: 20,39, W; 101,95g, Bł 30g, Sód: 1980mg | | K: 2225 B: 33,38g, T; 55,63, KT: 22,25g, W; 111,25, Bł 33g, Sód: 1990mg | K: 1839, B: 27,59g, T; 45,98g, KT: 18,93g, W; 94,65g, Bł 27g, Sód: 1880mg |
| **23.02.24 WTOREK** | śniadanie | | Kasza manna+ otręby pszenne, masło, wędlina, ćwikła, herbata (1,7) | | Kasza manna+ otręby pszenne, chleb razowy, masło, wędlina, ćwikła, herbata (1,7) | Kasza manna+ otręby pszenne, chleb, , masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek | |  | | Chleb razowy, masło, jajko (1,3,7) |  |
| obiad | | Krupnik ryżowy, gulasz z wątróbki, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty, napój (1,7,9) | | Krupnik ryżowy, gulasz z wątróbki, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty herbata (1,7,9) | Krupnik ryżowy, gulasz wieprzowy, ziemniaki, marchewka, napój (1,7,9) |
| kolacja | | Chleb, masło, pasta z twarogu z rzodkiewką i szczypiorkiem, sałata, herbata (1,7) | | Chleb razowy, masło, pasta z twarogu z rzodkiewka i szczypiorkiem, sałata, herbata (1,7) | chleb, masło, twarożek, herbata (1,7) |
| Dodatek C | |  | | Chleb razowy, masło, wędlina (1,7) |  |
|  | Dodatek II | | owoc | |  | owoc |
|  |  | | K: 2083, B:g, T; 50,98, KT: 20,39, W; 101,95g, Bł 30g, Sód: 1980mg | | K: 2010, B: 30,15g, T; 50,25g, KT: 20,1g, W; 100,5g, Bł 30g, Sód: 1880mg | K: 1883, B: 28,25g, T; 47,08, KT: 18,83g, W; 94,15g, Bł 28g, Sód: 1880mg |
| **24.04.24 ŚRODA** | śniadanie | | Płatki jęczmienne, bułka, masło, marmolada + ser biały, herbata (1,7) | | Płatki jęczmienne, bułka razowa, masło, ser biały, rzodkiewka, herbata (1,7) | Płatki jęczmienne, bułka, masło, marmolada + ser biały, herbata (1,7) |
| dodatek | |  | | Chleb, masło, wędlina, (1,7) |  |
| obiad | | Zupa jarzynowa, makaron ze szpinakiem, owoc, napój (1,7,9) | | Zupa jarzynowa, makaron ze szpinakiem, owoc, herbata (1,7,9) | Ziemniaczana, makaron z serem, owoc napój (1,7,9) |
| kolacja | | Chleb, masło, wędlina, ogórek herbata (1,7) | | Chleb razowy, masło, wędlina, ogórek herbata (1,7) | chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
|  | Dodatek C | |  | | chleb, serek topiony ( 1,7) |  |
|  | Dodatek II | | Wafle ryżowe | |  | Wafle ryżowe |
|  |  | | K: 1965 B: 29,48g, T;49,13, KT:19,65, W; 98,25g, Bł 30g, Sód: 1890mg | | K: 1992 B: 29,88g, T; 49,8g KT:19,92g W;99,6g, Bł 29g, Sód: 1880mg | K:1865 B: 27,98g, T; 46,63g KT:18,65g W;93,25g, Bł 28g, Sód: 1780mg |
| **25.04.24 CZWARTEK** | śniadanie | | Płatki owsiane, chleb pszenny, masło, wędlina, pomidor, herbata (1,7) | | Płatki owsiane, chleb razowy, masło, wędlina, pomidor, herbata (1,7) | Płatki owsiane, chleb pszenny, masło, wędlina, pomidor, herbata (1,7) |
| dodatek | |  | | Chleb, jogurt (1,3,7) |  |
| obiad | | ogórkowa, kiełbaski wieprzowe, ziemniaki, buraczki, napój (1,7,9) | | ogórkowa, kiełbaski wp. ziemniaki, buraczki, herbata (1,7,9) | Krupnik jęczmienny, pulpety wp. gotowane, ziemniaki, buraczki, napój (1,7,9) |
| kolacja | | Chleb, masło, sałatka z ryżem, wędlina,, herbata (1,7) | | Chleb razowy, masło, sałatka z ryżem wędlina, herbata (1,7) | chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
|  | Dodatek C | |  | | chleb, masło, wędlina ( 1,7) |  |
|  | Dodatek II | | Soczek owocowy | |  | Soczek owocowy |
|  |  | | K:2277 B: g, T;49,13, KT:19,65, W; 98,25g, Bł 30g, Sód: 2000mg | | K:2387 B:35,81g, T;59,68g, KT:23,87g, W; 119,35g, Bł 35g, Sód: 2000mg | K:2077 B: 31,16 g, T;51,93, KT: 20,77g W; 103,85g, Bł 31g, Sód: 1990mg |
| **26.04.24 PIATEK** | śniadanie | | Kasza jęczmienna, chleb pszenny, masło, serek topiony, rzodkiewka, herbata (1,7) | | Kasza jęczmienna, chleb razowy, masło, serek topiony, rzodkiewka, herbata (1,7) | Kasza jęczmienna, chleb pszenny, masło, ser biały, herbata (1,7) |
| dodatek | |  | | Chleb, masło, wędlina (1,7) |  |
| obiad | | Owocowa z makaronem, kotlet ziemniaczany z sosem pieczarkowym, surówka z kiszonej kapusty, napój (1,7,9) | | Owocowa z makaronem kotlet ziemniaczany z sosem pieczarkowym, surówka z kiszonej kapusty, herbata (1,7,9) | Owocowa z makaronem, pierogi ruskie, marchewka, napój (1,7,9) |
| kolacja | | Chleb, masło, pasta z tuńczyka, sałata, herbata (1,7) | | Chleb razowy, masło, pasta z tuńczyka, sałata, herbata (1,7) | chleb, masło, twarożek, herbata (1,7) |
|  | Dodatek C | |  | | chleb, masło, wędlina ( 1,7) |  |
|  | Dodatek II | | Baton zbożowy | |  | Baton zbożowy |
|  |  | | K:2034 B: 30,51g, T;50,85g, KT:20,34g, W;101,7g, Bł 30g, Sód:1980mg | | K: 2253 B: 33,80g, T; 56,33g, KT: 22,53g, W;112,65g, Bł 33g, Sód:1980mg | K: 1934 B: 29,01g, T;48,35g, KT: 19,34g, W;9,67 g, Bł 29g, Sód:1880mg |
| **27.04.24 SOBOTA** | śniadanie | | chleb pszenny, masło, wędlina, rzodkiewka, kefir, herbata (1,7) | | chleb razowy, masło, wędlina, rzodkiewka, kefir, herbata (1,7) | chleb pszenny, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek | |  | | Chleb, masło, ser żółty (1,7) |  |
| obiad | | Ogonowa, makaron z sosem mięsno-paprykowym, napój (1,7,9) | | Ogonowa, makaron z sosem paprykowym, herbata (1,7,9) | Grysikowa, makaron z sosem mięsno-warzywnym, napój (1,7,9) |
| kolacja | | Chleb, masło, pasztecik, pomidor, herbata (1,7) | | Chleb razowy, masło, pasztecik, pomidor, herbata (1,7) | chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
|  | Dodatek C | |  | | chleb, masło, wędlina ( 1,7) |  |
|  | Dodatek II | | Chrupki kukurydziane | |  | Chrupki kukurydziane |
|  |  | | K:2075 B: 31,13g, T;51,88g, KT: 51,43g, W;103,75g, Bł 31g, Sód:1880mg | | K: 2258 B: 33,87g, T; 56,45g, KT: 22,58g, W;112,9g, Bł 33g, Sód:1980mg | K: 1958 B:29,37g, T; 48,95g, KT:19,58g, W; 97,9g, Bł 29g, Sód:1880mg |
| **28.04.24 NIEDZIELA** | śniadanie | | Płatki jęczmienne, chleb pszenny, masło, wędlina, ćwikła, herbata (1,7) | | Płatki jęczmienne, chleb razowy, masło, wędlina, ćwikła herbata (1,7) | Płatki jęczmienne, chleb pszenny, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek | |  | | Chleb, serek topiony (1,3,7) |  |
| obiad | | Pomidorowa z ryżem , udko pieczone, ziemniaki, warzywa gotowane, napój (1,7,9) | | Pomidorowa z ryżem, udko pieczone, ziemniaki, warzywa gotowane, herbata (1,7,9) | Krupnik ryżowy, udko gotowane, ziemniaki, warzywa gotowane, napój (1,7,9) |
| kolacja | | Chleb, masło, serek naturalny, szczypiorek, herbata (1,7) | | Chleb razowy, masło, serek naturalny, szczypiorek, herbata (1,7) | chleb, masło, serek naturalny, herbata (1,7) |
|  | Dodatek C | |  | | chleb, masło, wędlina ( 1,7) |  |
|  | Dodatek II | | Soczek marchewkowy | |  | Soczek marchewkowy |
|  |  | | K:2140 B: 32,10g, T;51,88g, KT: 51,43g, W;103,75g, Bł 31g, Sód:1880mg | | K: 2026 B:30,39g, T; 50,65g, KT: 20,26g, W;101,3g, Bł 30g, Sód:1880mg | K: 1826 B: 27,39g, T; 45,65g, KT: 18,26g, W; 91.3g, Bł 27g, Sód:1780mg |
| **29.04.24**  **PONIEDZIAŁEK** | śniadanie | | Kasza gryczana, chleb, masło, wędlina, ogórek, herbata (1,7) | | Kasza gryczana, chleb razowy , masło, wędlina, ogórek, herbata (1,7) | Płatki jęczmienne, chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek | |  | | chleb, jogurt (1, 7) |  |
| obiad | | Szczawiowa z jajkiem, makaron z sosem bolońskim, owoc, napój (1,7,9) | | Szczawiowa z z jajkiem, makaron z sosem bolońskim, herbata (1,7,9) | Grysikowa, makaron z sosem mięsnym, napój (1,7,9) |
| kolacja | | chleb, masło, ser żółty, papryka herbata (1,3,7) | | Chleb r., masło, ser żółty, papryka, herbata (1,3,7) | chleb, masło, twarożek, herbata (1,7) |
| Dodatek C | |  | | Chleb r., masło, wędlina (1,7,) |  |
|  | Dodatek II | | Herbatniki | |  | Herbatniki |
|  |  | | K: 2118, B: 31,77g, T;54,7g, KT: 21,88g, W;105,9g, Bł 31g, Sód:1970mg | | K: 1988, B: 29,82g, T; 49,7g, KT: 19,88g, W;99,4g, Bł 29g, Sód:1860mg | K:1880, B: 28,2g, T; 47g, KT:18,8g, W; 94g, Bł 28g, Sód:1770mg |
| **30.04.24**  **WTOREK** | śniadanie | | Kasza manna+ otręby pszenne, masło, wędlina, ćwikła, herbata (1,7) | | Kasza manna+ otręby pszenne, chleb razowy, masło, wędlina, ćwika, herbata (1,7) | Kasza manna+ otręby pszenne, chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek | |  | | Chleb razowy, masło, jajko (1,3,7) |  |
| obiad | | zacierka, gulasz mięsno-warzywny, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty, napój (1,9) | | ziemniaczana, gulasz mięsno-warzywny, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty, herbata (1,9) | ziemniaczana, gulasz mięsno-warzywny, kasza jęczmienna, marchewka gotowana, napój (1,9) |
| kolacja | | chleb, masło, pasta z twarogu z rzodkiewką i szczypiorkiem, sałata herbata (1,7) | | Chleb razowy, masło, pasta z twarogu z rzodkiewką i szczypiorkiem, sałata ,herbata (1,7) | chleb, masło, twarożek, herbata  (1,7) |
| Dodatek C | |  | | chleb, masło, wędlina(1,7) |  |
|  | Dodatek II | | owoc | |  | owoc |
|  |  | | K: 2180, B: 31,77g, T;54,7g, KT: 21,88g, W;105,9g, Bł 31g, Sód:1970mg | | K: 2211, B: 33,17g, T; 56,10g, KT:22,11g, W; 110,55g, Bł 33g, Sód:1990mg | K: 1980 B: 29,7g, T; 49,5g, KT: 19,8g, W; 99g, Bł 29g, Sód:1870mg |