| **JADŁOSPIS KWIECIEŃ** |
| --- |
|  | **DIETA LEKKOSTRAWNA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA WĄTROBOWA** |
| **08.04.24****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 r., jogurt (1,7) |  |
| obiad | Zupa z zielonego groszku, pulpety wp. w sosie pieczeniowym, ziemniaki, surówka z warzyw mieszanych, napój (1,3,9,7) | Zupa z zielonego groszku, pulpety wp. w sosie pieczeniowym, ziemniaki, surówka z warzyw mieszanych, herbata (1,3,9,7) | Ziemniaczana, pulpety wp. gotowane, ziemniaki marchewka, napój (,3,9) |
| kolacja | chleb, pasta z twarogu z rzodkiewka i szczypiorkiem, sałata, herbata(1,7) | Chleb r., masło, pasta z twarogu z rzodkiewką i szczypiorkiem, sałata, herbata(1,7) | chleb, masło, twarożek, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | Chleb r., masło, wędlina (1,7) |  |
|  | Dodatek II | Herbatniki  |  | Herbatniki  |
|  |  | K: 2209, B: 33,14g, T;55,23g, KT: 22,09g W; 110,45g, Bł: 33,g, Sód: 1980mg | K: 2390, B: 35,85g, T; 59,75g, KT:23,9g W;119,5g, Bł: 35g, Sód: 1990mg | K: 2009, B: 30,14g, T; 50,23g, KT: 20,09g W;100,45g, Bł: 30,g, Sód: 1880mg |
| **09.04.24****WTOREK**  | śniadanie | Kasza manna+ otręby pszenne, chleb, masło, wędlina, rzodkiewka, herbata (1,7) | Kasza manna+ otręby pszenne, chleb, masło, wędlina, rzodkiewka, herbata (1,7) | Kasza manna+ otręby pszenne chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb r., masło, ser żółty (1,7) |  |
| obiad | Zacierka, gulasz wieprzowy, kasza gryczana, surówka z czerwonej kapusty, napój (1,9,7) | Ziemniaczana gulasz wieprzowy, kasza gryczana, surówka z czerwonej kapusty, herbata 1,9,7) | Ziemniaczana, gulasz wieprzowy, ziemniaki, marchewka, napój (,3,9) |
| kolacja | Chleb, masło, pasztet, sos chrzanowy, herbata(1,7) | Chleb r., masło, pasztet, sos chrzanowy, herbata(1,7) | chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | Chleb r., masło, wędlina (1,7) |  |
|  | Dodatek|II | owoc |  | owoc |
|  |  | K: 2001, B:30,02 g, T; 50,03g, KT: g W; 100,05g, Bł: 30g, Sód: 1970mg | K: 1958 B:29,37 g, T; 48,95g, KT: 19,58g W; 97,9g, Bł: 29g, Sód: 1870mg | K: 1801, B: 27,02g, T; 45,03g, KT: 18,01g W;90,05g, Bł:27g, Sód: 1780mg |
| **10.04.24****ŚRODA** | śniadanie | Płatki owsiane, bułka, masło, twarożek z brzoskwinią, herbata(1,7) | Płatki owsiane, bułka razowa, masło, twarożek, rzodkiewką , herbata (1,7) | Płatki owsiane, bułka, masło, twarożek, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb r., jogurt (1,7) |  |
| obiad | Kapuśniak, kopytka z masłem, surówka z marchwi i chrzan, napój (1,3,9,7) | Kapuśniak, kopytka z masłem, surówka z marchwi i chrzanu, herbata (1,9,7) | ziemniaczana, kopytka, marchewka, napój (3,9) |
| kolacja | chleb, masło, wędlina, pomidor, herbata(1,7) | Chleb r., masło, wędlina, pomidor, herbata(1,7) | chleb, masło, twarożek, herbata(1,7) |
|  | dodatek C |  | chleb r., masło, jajko (1,7) |  |
|  | DodatekII | Wafle ryżowe |  | Wafle ryżowe |
|  |  | K: 2123, B: 31,85 g, T; 53,08g, KT: 21,23 g W; 106,15g, Bł: 31g, Sód: 1870mg | K: 2122, B: 31,83g, T; 53,05g, KT:21,22 g W; 106,1g, Bł: 31g, Sód: 1860mg | K: 1922, B: 28,83g, T; 48,05g, KT:19,22g W; 96,1g, Bł: 28g, Sód: 1760mg |
| **11.04.24 CZWARTEK**  | śniadanie | makaron, chleb, masło, wędlina, ćwikła, herbata (1,7) | makaron, chleb razowy, masło wędlina, ćwikła, herbata (1,7) | Makaron, chleb, masło, wędlina herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb, mało, ser żółty, (1,7) |  |
| obiad | Krupnik jęczmienny, kotlet pożarski, ziemniaki, buraczki, napój (1,3,9,7) | Krupnik jęczmienny, kotlet pożarski, ziemniaki, buraczki, herbata (1,3,9,7) | Krupnik jęczmienny, pulpety drobiowe, ziemniaki, buraczki, napój (1,3,9) |
| kolacja | chleb, masło, sałatka z selera, wędlina, herbata(1,7) | Chleb razowy, masło, sałatka z selera, wędlina, herbata(1,7) | chleb, masło, wędlina , herbata(1,7) |
|  | Dodatek C |  | Chleb razowy, masło, wędlina ( 1,7) |  |
|  | DodatekII | Jogurt owocowy |  | Jogurt owocowy |
|  |  | K: 2231, B: 31,85 g, T; 53,08g, KT: 21,23 g W; 106,15g, Bł: 31g, Sód: 1970mg. | K: 2130, B: 31,95g, T; 53,25g, KT:21,3g W; 106,5g, Bł:32g, Sód: 1870mg. | K: 2031, B: 30,47g, T; 50,78g, KT: 20,31g W; 101,55g, Bł: 30g, Sód: 1770mg. |
| **12.04.24** **PIATEK** | śniadanie | Ryż + otręby pszenne, chleb, masło, serek topiony, ogórek herbata(1,7) | Ryż+ otręby pszenne, chleb razowy, masło, serek topiony, ogórek, herbata(1,7) | Ryż+ otręby pszenne, pieczywo, masło, dżem, ser biały, herbata (1,7)  |
| dodatek |  | Jogurt, otręby pszenne (1,7) |  |
| obiad | Barszcz ukraiński, pulpety rybne w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty, napój (1,7,9) | Barszcz ukraiński, pulpety rybny w sosie koperkowym, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty, herbata (1,7,9) | Barszcz czerwony, filet rybny pieczony, ziemniaki, warzywa gotowane, napój (1,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, sałata, herbata (1,7) | Chleb razowy, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, sałata, herbata (1,7) | chleb, masło, twarożek, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb razowy, masło, wędlina (1,7) |  |
|  | Dodatek II |  Ciastko zbożowe  |  | Ciastko zbożowe |
|  |  | K: 2212, B:33,18 g, T; 55,3g, KT: 22,12g W;110,6g, Bł: 33g, Sód: 1970mg. | K: 2195 B: 32,93g, T; 54,8g, KT: 21,95g W; 109,75g, Bł: 32g, Sód: 1879mg. | K: 2012, B: 30,18 g, T; 50,3g, KT: 20,12 g W; 100,6g, Bł: 30g, Sód: 1780mg. |
| **13.04.24 SOBOTA** | śniadanie | pieczywo, masło, wędlina, ćwikła, kefir, herbata(1,7) | pieczywo, masło, wędlina, ćwikła kefir, herbata(1,7) | Pieczywo, masło, wędlina, kefir, herbata(1,7) |
| dodatek |  | chleb, serek topiony (1,7) |  |
| obiad | ogonowa, pierogi z soczewicy, ogórek kiszony z marchewką, napój (1,7,9) | Ogonowa, pierogi z soczewicą, ogórek kiszony z marchewka, herbata (1,7,9 | Ziemniaczana, pierogi ruskie, marchewka napój (1,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, pasztecik, papryka herbata (1,7,3) | chleb, masło, pasztecik, papryka, herbata (1,7,3) | chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, wędlina (1,7) |  |
|  | DodatekII | Herbatniki  |  | Herbatniki  |
|  |  | K: 2150 B:32,25 g, T; 53,75g, KT: 21,5g W; 107,5g, Bł: 33g, Sód: 1890mg. | K: 2163, B:32,45g, T; 54,08g, KT: 21,63g W;108,15g, Bł: 32g, Sód: 1880mg. | K: 2150 B:32,25 g, T; 53,75g, KT: 21,5g W; 107,5g, Bł: 33g, Sód: 1890mg |
| **14.04.24 NIEDZIELA**  | śniadanie |  Płatki jęczmienne, pieczywo, masło, wędlina, rzodkiewka, herbata (1,7) | Płatki jęczmienne, pieczywo, masło, wędlina, rzodkiewka, herbata(1,7) | Płatki jęczmienne, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| dodatek |  | Jogurt, płatki błyskawiczne (1,7) |  |
| obiad | Pomidorowa z ryżem, sztuka mięsa w sosie pieczeniowym, ziemniaki, fasolka szparagowa z marchewką, napój (1,7,9) | Pomidorowa z ryżem, , sztuka mięsa w sosie pieczeniowym, fasolka szparagowa z marchewką, herbata (1,7,9) | Krupnik ryżowy, sztuka mięsa, ziemniaki, marchewka, napój (1,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, serek naturalny, szczypiorek, herbata (1,7,3) | chleb, masło, serek naturalny, szczypiorek, herbata (1,7,3) | chleb, masło, twarożek, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, wędlina (1,7) |  |
|  | Dodatek II | Soczek owocowy |  | Soczek owocowy |
|  |  | K: 2263 B: 33,95g, T; 56,58g, KT: 22,63g W; 113,15g, Bł: 33g, Sód: 1990mg. | K: 2377 B: 35,66g, T; 59,43g, KT:23,77g W; 118,85g, Bł: 35g, Sód: 1890mg. | K: 2150 B:32,25 g, T; 53,75g, KT: 21,5g W; 107,5g, Bł: 32g, Sód: 1790mg. |