| **JADŁOSPIS KWIECIEŃ** |
| --- |
|  | **DIETA LEKKOSTRAWNA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA WĄTROBOWA** |
| **15.04.24 PONIEDZIAŁEK** |  |  |  |  |
| śniadanie |  Kasza gryczana, pieczywo, masło, wędlina, ogórek, herbata(1,7) | Kasza gryczana, pieczywo, masło, wędlina, ogórek, herbata(1,7) | Płatki jęczmienne, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| dodatek |  | chleb, masło, ser żółty (1,7) |  |
| obiad | Żurek z jajkiem, pulpety mięsno-ryżowe w sosie pomidorowym, ziemniaki, surówka z warzyw mieszanych, napój (1,7,9) | Żurek z jajkiem, pulpety mięsno-ryżowe w sosie pomidorowym, ziemniaki, surówka z warzyw mieszanych, herbata (1,7,9 | grysikowa, pulpety wieprzowe gotowane, ziemniaki, marchewka, , napój (1,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, pasta z twarogu z rzodkiewką i szczypiorkiem, sałata herbata (1,7,3) | chleb, masło, pasta z twarogu z rzodkiewką i szczypiorkiem, sałata herbata (1,7,3) | chleb, masło, twarożek, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, wędlina(1,7) |  |
|  | Dodatek II | Wafle ryżowe |  | Wafle ryżowe |
|  |  | K: 2356, B: 35,34, T: 58,9, KT: 23,56, W: 117,8, Bł: 35g, sód: 2050mg | K: 2283, B;34,25g, T: 57,08g, KT: 22,82g, W; 114,15g, Bł 34g, Sód 2000mg | K: 2083, B; 31,25g, T: 52,08g, KT: 20,83g, W; 104,15g, Bł 31g, Sód 1980mg |
|  **WTOREK 16.04.24** | śniadanie | Kasza manna+ otręby pszenne, pieczywo, masło, wędlina, ćwikła herbata(1,7) | Kasza manna+ otręby pszenne, pieczywo, masło, wędlina, ćwikła, herbata(1,7) | Kasza manna+ otręby pszenne, pieczywo, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| dodatek |  | chleb, masło, twarożek (1,7) |  |
| obiad | Ziemniaczana, gulasz mięsno-warzywny, kasza jęczmienna, surówka z czerwonej kapusty, napój (1,7,9) | ziemniaczana, gulasz mięsno-warzywny, kasza jęczmienna, surówka z czerwonej kapusty, herbata (1,7,9 | Ziemniaczana, gulasz mięsno-warzywny, kasza jęczmienna, marchewka, napój (1,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, parówka, ketchup, herbata (1,7,3) | chleb, masło, wędlina, pomidor, herbata (1,7,3) | chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, jajko(1,3, 7) |  |
| DodatekII | Owoc |  | owoc |
|  |  | K: 2304, B: 34,56g, T: 57,6, KT: 23,04g, W: 115,2, Bł: 34g, sód: 2030mg | K: 2269, B: 34,04 g, T:56,73, KT: 22,69g, W:113,45, Bł: 34g, sód: 2000mg | K: 2069, B: 31,04g, T: 51,73, KT: 20,69g, W:103,45, Bł: 31g, sód: 1980mg |
| **17.04.24****ŚRODA**  | śniadanie | makaron, bułka, masło, dżem, ser biały, herbata (1,7) | makaron, bułka razowa, masło, ser biały, pomidor, herbata (1,7) | makaron, bułka, masło, dżem, ser biały, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb razowy, masło, wędlina (1 ,7) |  |
| obiad | Zupa z soczewicy, leniwe z masłem, marchewka z chrzanem, napój (1,7,9,) | Zupa z soczewicy, leniwe z masłem, marchewka z chrzanem, herbata (1,7,9,) | Zupa ziemniaczana, leniwe, marchewka gotowana, napój (1,9,) |
| kolacja | chleb, masło, paprykarz, papryka, herbata (1,7,) | Chleb razowy, masło, paprykarz, papryka, herbata(1,7,) | chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, ser żółty (1,7) |  |
|  | Dodatek II | Jogurt owocowy |  | Jogurt naturalny |
|  |  | K: 2045, B: 30,68g, T:51,13, KT: 20,45g, W:102,25, Bł: 30g, sód: 1880mg | K: 2122, B:31,83 g, T:53,05g, KT: 21,55g, W: 106,1, Bł: 31g, sód: 1980mg | K: 1922, B: 28,83 g, T:48,05g, KT: 19,22g, W:96,1g, Bł 28g, sód: 1880mg |
| **18.04. 24 CZWARTEK**  | śniadanie | Płatki owsiane, chleb, masło, wędlina, ogórek, herbata(1,7) | Płatki owsiane chleb, masło, wędlina, ogórek, herbata(1,7) | Płatki owsiane, chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| dodatek |  | chleb, serek topiony (1,7) |  |
| obiad | pieczarkowa, zraz w jarzynach, ryż, napój (1,3,7,9) | pieczarkowa, zraz w jarzynach, ryż, herbata (1,3,7,9) | ziemniaczana, pulpet wieprzowy gotowany w jarzynach, ryż, napój (1,3, 7,9) |
| kolacja | chleb, masło, sałatka ziemniaczana, wędlina, herbata(1,7) | chleb, masło, sałatka ziemniaczana, wędlina, herbata(1,7) | chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, wędlina (1,7)  |  |
|  | Dodatek II | Soczek owocowy |  | Soczek owocowy |
|  |  | K: 2222, B:33,33g, T:55,55g, KT: 22,22g, W:111,1g, Bł: 33g, sód: 2000mg | K: 2276, B: 34,14g, T:56,9g, KT: 22,76g, W: 113,8g, Bł: 34g, sód: 1980mg | K: 2076, B: 31,14g, T: 51,9g, KT: 20,76g, W:103,8g, Bł: 31g, sód: 1880mg |
| **19.04.24 PIĄTEK**  | śniadanie | Kasza jęczmienna chleb, masło, ser żółty, rzodkiewka, herbata (1,7) | Kasza jęczmienna, chleb razowy, masło, ser żółty, rzodkiewka, herbata (1,7) | Kasza jęczmienna, chleb, masło, twarożek herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb, masło, jajko (1,7) |  |
| obiad | Barszcz czerwony z jajkiem, naleśniki z serem z sosem truskawkowym, napój (1,7,3,9) |  Barszcz czerwony z jajkiem, naleśniki z serem z sosem , truskawkowym, herbata (1,7,3,9) | Barszcz czerwony, pierogi ruskie, marchewka, napój (1,7,3,9) |
| kolacja | Chleb, masło, pasta z tuńczyka z papryką i szczypiorkiem, sałata, herbata (1,7,3, 4 | Chleb razowy, masło, pasta z tuńczyka z papryką i szczypiorkiem, sałata, herbata (1,7,3) | Chleb, masło, twarożek, herbata (1,3,7) |
| Dodatek C |  | Chleb, masło, wędlina ( 1,3,7) |  |
|  | Dodatek II | Herbatniki  |  | Herbatniki  |
|  |  | K: 2263, B:33,33g, T:55,55g, KT: 22,22g, W:111,1g, Bł: 33g, sód: 2000mg | K: 2377, B: 35,66g, T: 59,43g, KT: 23,77g, W: 23,77g, Bł: 35g, sód: 1900mg | K: 2177, B: 32,66g, T: 54,43g, KT: 21,77g, W: 108,85g, Bł: 32g, sód: 1890mg |
| **20.04.24****SOBOTA**  | śniadanie | Pieczywo mieszane, masło, wędlina, rzodkiewka, kefir , herbata (1,7) | Pieczywo mieszane, masło, wędlina, rzodkiewka, kefir, herbata (1,7) | Pieczywo mieszane, masło, wędlina, kefir, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb, masło, ser żółty (1,7) |  |
| obiad | Grysikowa, łazanki, owoc napój (1,7,6,9) | Grysikowa, łazanki, owoc , herbata (1,7,6,9) | Grysikowa, makaron z sosem mięsnym, jabłko pieczone, napój (1,7,6,9) |
| kolacja | Chleb, masło, pasztecik, pomidor, herbata (1,7,) | Chleb, masło, pasztecik, pomidor, herbata (1,7,) | Chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| Dodatek C |  | Chleb, masło, wędlina (1,7) |  |
|  | Dodatek II | Baton zbożowy |  | Baton zbożowy  |
|  |  | K: 1985, B: 29,78g, T: 49,63g, KT: 19,85g, W:99,25g, Bł: 30g, sód: 1980mg | K: 2194, B:32,91g, T: 54,85g, KT: 21,94g, W: 109,7g, Bł: 33g, sód: 1980mg | K: 1994, B: 29,91g, T: 49,85g, KT: 19,94g, W:99,7g, Bł: 30g, sód: 1890mg |
| **21.04.24 NIEDZIELA** **Wtorek\** | śniadanie | Płatki jęczmienne, pieczywo, masło, wędlina, ćwikła, herbata(1,7) | Płatki kukurydziane, pieczywo razowe, masło, wędlina, ćwikła, herbata(1,7) | Płatki kukurydziane, pieczywo, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| dodatek |  | Chleb, serek topiony(1,7) |  |
| obiad | Zupa neapolitańska z makaronem, chińszczyzna, marchewka z groszkiem, napój (1,7,9,) | Zupa neapolitańska z makaronem, chińszczyzna, ryż, marchewka z groszkiem, herbata (1,7,9,) | Zacierka, gulasz wieprzowy, ryż, 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, serek naturalny, herbata (1,7) |
|  | Dodatek C |  | Chleb, masło, wędlina |  |
|  | Dodatek II | Chrupka kukurydziana |  | Chrupka kukurydziana |
|  |  | K: 2295, B:34,43g, T: 57,38g, KT:22,95g, W: 114,75g, Bł: 34g, sód: 1990mg | K: 2243, B:33,65g, T: 56,08g, KT: 22,43g, W: 112,15g, Bł: 33g, sód: 1890mg | K: 2043, B: 30,65g, T: 51,08g, KT: 20,43g, W: 102,15g, Bł: 30g, sód: 1880mg |