| **JADŁOSPIS GRUDZIEŃ**  |
| --- |
|  | **DIETA LEKKOSTRAWNA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA WĄTROBOWA** |
|  |  |  |  |  |
|  | śniadanie |  Kasza gryczana, pieczywo, masło, wędlina, herbata(1,7) | Kasza gryczana, pieczywo, masło, wędlina, herbata(1,7) | Płatki jęczmienne, masło, wędlina, kefir, herbata(1,7) |
| dodatek |  | chleb, masło, twarożek (1,7) |  |
| obiad | Rosół z makaronem, udko pieczone, ziemniaki, marchewka z groszkiem, napój (1,7,9) | Rosół z makaronem, udko pieczone, ziemniaki, marchewka z groszkiem herbata (1,7,9 | Zacierka, udko gotowane, ziemniaki, marchewka, napój (1,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, wędlina, ćwikła, herbata (1,7,3) | chleb, masło, wędlina, ćwikła, herbata (1,7,3) | chleb, masło, wędlina herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, wędlina(1,7) |  |
|  | Dodatek II | Serek homogenizowany |  | Serek homogenizowany |
|  |  | Kcal:2287, B;34,31 g, T: 57,18g, KT:22,87 W:114.35, Bł;34,00 Sód 1870mg | Kcal:2287, B;34,31 g, T: 57,18g, KT:22,87 W:114.35, Bł;34,00 Sód 1870mg | Kcal:2287, B;34,31 g, T: 57,18g, KT:22,87 W:114.35, Bł;34,00 Sód 1870mg |
| **WTOREK 26.12.23** | śniadanie | Kasza manna+ otręby pszenne, pieczywo, masło, wędlina, papryka, herbata(1,7) | Kasza manna+ otręby pszenne, pieczywo, masło, wędlina, papryka, herbata(1,7) | Kasza manna+ otręby pszenne, pieczywo, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| dodatek |  | chleb, masło, ser żółty (1,7) |  |
| obiad | Żurek z jajkiem, potrawka z kurczaka, ziemniaki, fasolka szparagowa z marchewką, , napój (1,7,9) | Żurek z jajkiem, potrawka z kurczaka, ziemniaki, fasolka szparagowa, herbata (1,7,9 | Grysikowa, potrawka z kurczaka, ziemniaki, fasolka szparagowa napój (1,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, pasztecik, sos chrzanowy, herbata (1,7,3) | chleb, pasztecik, sos chrzanowy herbata (1,7,3) | chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, wędlina (1,3, 7) |  |
| DodatekII | Soczek marchewkowy |  | Soczek marchewkowy |
|  |  | Kcal:2563, B;38,45 g, T: 64,08g, KT:25,63 W:128,15, Bł;38g Sód 1870mg | Kcal: 2732, B; 40,98g, T: 68,3 g, KT 27,32 W:136,6, Bł; 40g Sód 1870mg | Kcal:2139, B; 32,09g, T:53,48 g, KT 21,39: W:21,39, Bł;32,10g Sód 1870mg |
| **27.12.23****ŚRODA**  | śniadanie | Płatki owsiane, bułka, masło, dżem, ser biały, rzodkiewka, herbata (1,7) | Płatki owsiane, bułka razowa, masło, ser biały, rzodkiewka, herbata (1,7) | Płatki owsiane, bułka, masło, dżem, ser biały, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb razowy, masło, wędlina (1 ,7) |  |
| obiad | Kapuśniak, makaron z serem, owoc, napój (1,7,9,) | Kapuśniak, makron z serem, owoc, herbata (1,7,9,) | ziemniaczana, makaron z serem, owoc, napój (1,9,) |
| kolacja | chleb, masło, wędlina, pomidor herbata (1,7,) | Chleb razowy, masło, wędlina, pomidor, herbata(1,7,) | chleb, masło, wędlina, sałata, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, ser żółty (1,7) |  |
|  | Dodatek II | Jogurt owocowy |  | Jogurt naturalny |
|  |  | Kcal: 1934, B;29,01 g, T: 48,35g, KT:19,34 W: 96,7, Bł;29g Sód 1870mg | Kcal:2274, B;34,11 g, T: 56,85g, KT:22,74g W:, Bł;38g Sód 1870mg | Kcal: 2071, B;31,07g, T: 51,78g, KT: 20,71g W:103,55 , Bł; 31g Sód 1870mg |
| **28.12. 23 CZWARTEK**  | śniadanie | makaron, chleb, masło, wędlina, ćwikła, herbata(1,7) | Ryż+ otręby pszenne, chleb, masło, wędlina, ćwikła, herbata(1,7) | Ryż+ otręby pszenne, chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| dodatek |  | chleb, jogurt (1,7) |  |
| obiad | Ogórkowa, kiełbaski wieprzowe ziemniaki, buraczki, napój (1,3,7,9) | Ogórkowa, kiełbaski wieprzowe, ziemniaki, buraczki, herbata (1,3,7,9) | Krupnik ryżowy, pulpet wieprzowe, ziemniaki, buraczki, 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 | Serek homogenizowany |  | Serek homogenizowany |
|  |  | Kcal: 2277, B; 34,16 g, T: 56,93g, KT:22,77 W: 113,85, Bł; 34g Sód 1870mg | Kcal: 2387, B; 35,81 g, T: 59,68g, KT:23,87 W: 119,35g, Bł; 36g Sód 1870mg | Kcal: 2077 B; 31,16 g, T: 51,93g, KT: 20,77 W: 103,85, Bł; 31g Sód 1870mg |
|  | **DIETA LEKKOSTRAWNA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA WĄTROBOWA** |
| **29.12.23 PIĄTEK**  | śniadanie | Kasza jęczmienna chleb, masło, serek topiony, ogórek, herbata (1,7) | Kasza jęczmienna, chleb razowy, masło, serek topiony , ogórek,, herbata (1,7) | Kasza jęczmienna, chleb, masło, dżem, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb, masło, wędlina(1,7) |  |
| obiad | Kalafiorowo- brokułowa, kotlet rybny, ziemniaki, sos grecki, napój (1,7,3,9) | Kalafiorowo- brokułowa, kotlet rybny, ziemniaki, sos grecki , herbata (1,7,3,9) | Ziemniaczana, filet rybny pieczony, ziemniaki,, sos grecki, napój (1,7,3,9) |
| kolacja | Chleb, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, sałata herbata (1,7,3, 4 | Chleb razowy, masło, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, herbata (1,7,3) | Chleb, masło, twarożek, herbata (1,3,7) |
| dodatekC |  | Chleb, masło, wędlina1,3,7) |  |
|  | Dodatek II | Chrupka kukurydziana |  | Chrupka kukurydziana |
|  |  | Kcal: 2066, B; 30,99g, T: 51,65g, KT:20,66 W: 103,3, Bł; 31g Sód 1870mg | Kcal: 2143, B; 32,15 g, T: 53,58g, KT:21,3 W: 107,15, Bł; 32g Sód 1870mg | Kcal: 1943, B; 29,15 g, T: 48,58g, KT:19,43 W: 97,15, Bł; 29g Sód 1870mg |