| **JADŁOSPIS LUTY**  |
| --- |
|  | **DIETA LEKKOSTRAWNA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA WĄTROBOWA** |
| **12.02.24****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 | Żurek z jajkiem, makaron z sosem bolońskim, owoc, napój (1,3,9,7) | Żurek z jajkiem, makaron z bolońskim, owoc herbata (1,3,9,7) | Ziemniaczana, sztuka mięsa gotowana w jarzynach, ziemniaki, 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: 2181, B: 32,72, T:54,53, KT: 21,81, W; 109,05, Bł: 32g, Sód: 1980mg | K: 2086, B: 31,29, T: 52,15, KT: 20,86 W;104,3 , Bł: 31g, Sód: 1880mg | K: 1981, B: 29,72, T: 49,53, KT: 19,81, W; 99,05, Bł: 29g, Sód: 1780mg |
| **13.02.24****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) | zacierka, gulasz wieprzowy, kasza gryczana, surówka z czerwonej kapusty, herbata 1,9,7) | Zacierka, gulasz wieprzowy, ziemniaki, marchewka, napój (,3,9) |
| kolacja | Chleb, masło, pasztet, sos chrzanowy herbata(1,7) | Chleb r., masło, sos chrzanowy, herbata(1,7) | chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | Chleb r., masło, jajko (1,3,7) |  |
|  | Dodatek|II | owoc |  | owoc |
|  |  | K: 2001, B: 30,02 T: 50,3, KT: 20,01, W; 100,05, Bł: 30g, Sód: 1960mg | K: 1858 B: 27,87 T:46,45, KT: 18,58, W; 92,9, Bł: 27g, Sód: 1880mg | K: 1801, B:27,02 , T: 45,03, KT: 10,81, W; 90,05, Bł: 27g, Sód: 1780mg |
| **14.02.24****ŚRODA** | śniadanie | Płatki owsiane, bułka, masło, twarożek z brzoskwinią, herbata(1,7) | Płatki owsiane, bułka razowa, masło, twarożek z rzodkiewką, herbata (1,7) | Płatki owsiane, bułka, masło, dżem, 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, ser żółty, pomidor, herbata(1,7) | Chleb r., masło, ser żółty, pomidor, herbata(1,7) | chleb, masło, twarożek, herbata(1,7) |
|  | dodatek C |  | chleb r., serek topiony (1,7) |  |
|  | DodatekII | Soczek owocowy |  | Soczek owocowy |
|  |  | K: 2123, B: 31,85g, T: 53,08, KT: 21,23, W; 106,15, Bł: 32g, Sód: 1970mg | K: 2122 B: 31,83g, T: 53,05g, KT: 21,22g, W; 106,1g, Bł: 31g, Sód: 1860mg | K: 1923, B: 28,85g T: 48,08g, KT: 19,23 W; 96,15g, Bł: 29g, Sód: 1760mg |
| **15.02.24 CZWARTEK**  | śniadanie | Kasza jęczmienna, chleb, masło, wędlina, ćwikła, herbata (1,7) | Kasza jęczmienna, chleb razowy, masło wędlina, ćwikła, herbata (1,7) | Kasza jęczmienna chleb, masło, wędlina herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb, mało, jajko, (1,3,7) |  |
| obiad | pieczarkowa, kotlet pożarski, ziemniaki, buraczki, napój (1,3,9,7) | pieczarkowa, kotlet pożarski, ziemniaki, buraczki, herbata (1,3,9,7) | Zacierka, 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: 2104, B: 31,56g, T: 52,6g KT: 2,04g, W; 105,2g, Bł: 32g, Sód: 1960mg | K: 2189, B: 32,84g, T: 54,73g, KT: 21,89g W;109,45g, Bł: 32g, Sód: 1870mg | K: 1904 B: 28,56g, T: 47,6g, KT: 19,04g, W; 95,2g, Bł: 28g, Sód: 1770mg |
| **16.02.24** **PIATEK** | śniadanie | Ryż + otręby pszenne, chleb, masło, serek topiony, ogórek kiszony herbata(1,7) | Ryż+ otręby pszenne, chleb razowy, masło, serek topiony, ogórek kiszony, 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, pulpety rybne, 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, ser żółty (1,3,7) |  |
|  | Dodatek II |  Ciastko zbożowe  |  | Ciastko zbożowe |
|  |  | K: 2212 B: 33,18g, T: 55,3g KT: 22,12g, W; 110,6g, Bł: 33g, Sód: 1970mg | K: 1902g, B: 28,53g, T: 47,55g KT: 19,02g, W; 95,10g, Bł: 28g, Sód: 1850mg | K: 2012g, B: 30,186g, T: 50,3g KT: 20,12, W; 100,6g, Bł: 30g, Sód: 1760mg |
| **17.02.24 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 | Kalafiorowa, pierogi z soczewicą, ogórek kiszony z marchewką, napój (1,7,9) | Kalafiorowa, pierogi z soczewicą, ogórek kiszony z marchewką, herbata (1,7,9 | Ziemniaczana, pierogi ruskie, marchewka, napój (1,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, pasztecik, ogórek kiszony, herbata (1,7,3) | chleb, masło, pasztecik, ogórek kiszony herbata (1,7,3) | chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, wędlina (1,7) |  |
|  | DodatekII | Serek homogenizowany |  | Serek homogenizowany |
|  |  | K: 2150 B: 32,25g, T: 53,75g KT: 21,50g, W; 107,5g, Bł: 32g, Sód: 1970mg | K: 2163 B: 32,45g, T: 54,08g KT: 21,63g, W; 108,15g, Bł: 32g, Sód: 1860mg | K: 1950 B: 29,25g, T: 48,75g KT: 19,5g, W; 97,5g, Bł: 29g, Sód: 1670mg |
| **18.02.24 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 | Rosół z makaronem, chińszczyzna, ryż, marchewka oprószana, napój (1,7,9) | Rosół z makaronem, chińszczyzna, ryż, marchewka oprószana, 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, twarożek, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, wędlina (1,7) |  |
|  | Dodatek II | Soczek owocowy |  | Soczek owocowy |
|  |  | K: 1947 B: 29,21g, T: 48,68g KT: 19,47g, W; 97,35g, Bł: 29g, Sód: 1960mg | K: 1984 B: 29,76g, T: 49,6g KT: 19,84g, W; 99,2g, Bł: 30g, Sód: 1870mg | K:1847 B: 27,71g, T: 46,18g KT: 18,47g, W; 92,35g, Bł: 27g, Sód: 1670mg |
| **19.02.24 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 | Zupa z zielonego groszku, klopsiki wp. w sosie pieczeniowym, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty, napój (1,7,9) | Zupa z zielonego groszku, klopsiki wieprzowe w sosie pieczeniowym, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty,, 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 | Herbatniki  |  | Herbatniki  |
|  **WTOREK 20.02.24** | 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, marchewka z chrzanem, napój (1,7,9) | ziemniaczana, gulasz mięsno-warzywny, kasza jęczmienna, marchewka z chrzanem, 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 |
| **21.02.24****ŚRODA**  | śniadanie | Płatki owsiane, bułka, masło, dżem, ser biały, herbata (1,7) | Płatki owsiane, bułka razowa, masło, ser biały, pomidor, herbata (1,7) | Płatki owsiane, bułka, masło, dżem, ser biały, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb razowy, masło, wędlina (1 ,7) |  |
| obiad | Zupa z grochu łupanego, makaron ze szpinakiem, napój (1,7,9,) | Zupa z grochu łupanego, makron ze szpinakiem, herbata (1,7,9,) | ziemniaczana, makaron z serem, owoc, napój (1,9,) |
| kolacja | chleb, masło, paprykarz, ogórek kiszony, herbata (1,7,) | Chleb razowy, masło, paprykarz, ogórek kiszony, herbata(1,7,) | chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, ser żółty (1,7) |  |
|  | Dodatek II | Jogurt owocowy |  | Jogurt naturalny |
| **22.02. 24 CZWARTEK**  | śniadanie | makaron, chleb, masło, wędlina, ogórek kiszony, herbata(1,7) | Ryż+ otręby pszenne, chleb, masło, wędlina, ogórek kiszony, herbata(1,7) | Ryż+ otręby pszenne, chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| dodatek |  | chleb, serek topiony (1,7) |  |
| obiad | Ogórkowa, zraz w jarzynach, ryż, napój (1,3,7,9) | Ogórkowa, zraz w jarzynach, ryż, herbata (1,3,7,9) | Krupnik ryżowy, 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 |
| **23.02.24 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 + ser biały, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb, masło, wędlina(1,7) |  |
| obiad | Kalafiorowo- brokułowa, naleśniki z sosem truskawkowym, napój (1,7,3,9) | Kalafiorowo- brokułowa, naleśniki z sosem truskawkowym, herbata (1,7,3,9) | Ziemniaczana, pierogi ruskie, marchewka, napój (1,7,3,9) |
| kolacja | Chleb, masło, jajko, ser żółty, sos jogurtowy ze szczypiorkiem, herbata (1,7,3, 4 | Chleb razowy, masło, jajko, ser żółty, sos jogurtowy ze szczypiorkiem, herbata (1,7,3) | Chleb, masło, twarożek, herbata (1,3,7) |
| Dodatek C |  | Chleb, masło, wędlina ( 1,3,7) |  |
|  | Dodatek II | Soczek marchewkowy |  | Soczek marchewkowy |
| **24.02.24****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 | ogonowa, risotto, owoc, napój (1,7,6,9) | ogonowa, risotto, owoc herbata (1,7,6,9) | Ziemniaczana, ryż 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 | Serek homogenizowany |  | Serek homogenizowany |
| **25.02.24 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, sztuka mięsa w sosie pieczeniowym, ziemniaki, marchewka z groszkiem, napój (1,7,9,) | Zupa neapolitańska z makaronem, sztuka mięsa w sosie pieczeniowym, ziemniaki, marchewka z groszkiem, herbata (1,7,9,) | Zacierka, 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, serek naturalny, herbata (1,7) |
|  | Dodatek C |  | Chleb, masło, wędlina |  |
|  | Dodatek II | Jogurt naturalny |  | Jogurt naturalny |
| **26.02.24****PONIEDZIAŁEK**  | śniadanie | Kasza gryczana, chleb, masło, wędlina, ogórek kiszony, herbata (1,7) | Kasza gryczana, chleb razowy, masło, wędlina, ogórek kiszony, herbata (1,7) | Płatki jęczmienne chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Jogurt, otręby pszenne (1,7) |  |
| obiad | Szczawiowa z jajkiem, pulpety wp. w sosie pieczeniowym, ziemniaki, surówka z warzyw mieszanych, napój (1,3,7,9) | Szczawiowa z jajkiem, pulpety wp. w sosie pieczeniowym, ziemniaki, surówka z warzyw mieszanych, herbata (1,3,7,9) | Ziemniaczana, pulpety wp. gotowane w jarzynach, ziemniaki, 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  |
| **27.02.24 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, ogórek kiszony z marchewka, napój (1,7,9) | Krupnik ryżowy, gulasz z wątróbki, ziemniaki, ogórek kiszony z marchewka, 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 |
| **28.02.24 ŚRODA**  | śniadanie | makaron, bułka, masło, marmolada + ser biały, herbata (1,7) | makaron, bułka razowa, masło, ser biały, rzodkiewka, herbata (1,7) | makaron, bułka, masło, marmolada + ser biały, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb, masło, wędlina, (1,7) |  |
| obiad | Jarzynowa, pierogi leniwe, marchewka z jabłkiem, napój (1,7,9) | Jarzynowa, pierogi leniwe, marchewka z jabłkiem, herbata (1,7,9) | Ziemniaczana, pierogi leniwe, marchewka, napój (1,7,9) |
| kolacja | Chleb, masło, wędlina, ogórek herbata (1,7) | Chleb razowy, masło, wędlina, ogórek kiszony, herbata (1,7) | chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
|  | Dodatek C |  | chleb, masło, wędlina ( 1,7) |  |
|  | Dodatek II | Jogurt owocowy |  | Jogurt owocowy |
| **29.02.24 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 | Pieczarkowa, kiełbaski wieprzowe, ziemniaki, buraczki, napój (1,7,9) | Pieczarkowa, kiełbaski wp. ziemniaki, buraczki, herbata (1,7,9) | Pieczarkowa, pulpety wp. gotowane, ziemniaki, buraczki, napój (1,7,9) |
| kolacja | Chleb, masło, sałatka ziemniaczana, wędlina,, herbata (1,7) | Chleb razowy, 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 |