| **JADŁOSPIS KWIECIEŃ** |
| --- |
|  | **DIETA LEKKOSTRAWNA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA WĄTROBOWA** |
| **01.04.24****PONIEDZIAŁEK**  | śniadanie | Kasza gryczana, chleb, masło, wędlina, pomidor, herbata (1,7) | Kasza gryczana, chleb razowy , masło, wędlina, pomidor, herbata (1,7) | Płatki jęczmienne, chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek |  | chleb, masło, ser żółty (1, 7) |  |
| obiad | Pomidorowa z makaronem, potrawka z kurczaka, ryż, marchewka oprószana, napój (1,7,9) | Pomidorowa z makaronem, potrawka z kurczaka, ryż, marchewka oprószana, herbata (1,7,9) | Zacierka, potrawka z kurczaka, ryż, marchewka, napój (1,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, jajko, wędlina, sos jogurtowy ze szczypiorkiem, herbata (1,3,7) | Chleb r., masło, jajko, wędlina, sos jogurtowy ze szczypiorkiem, herbata (1,3,7) | chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| Dodatek C |  | Chleb r., masło, wędlina (1,7,) |  |
|  | Dodatek II | Chrupka kukurydziana |  | Chrupka kukurydziana |
|  |  | K; 2356, B; 35,34g, T: 58,9g, KT: 23,56g, W; 117,8 , BŁ; 35g, Sód: 2000mg | K; 2283, B; 34,25g, T: 57,08, KT: 22,83g, W; 114,15g, Bł 34g, Sód 1990mg | K; 2156 B; 32,34g, T: 53,9g, KT: 21,56g, W; 107,8 , BŁ; 32g, Sód: 1980mg |
| **02.04.24****WTOREK** | śniadanie | Kasza manna+ otręby pszenne, masło, wędlina, ogórek, herbata (1,7) | Kasza manna+ otręby pszenne, chleb razowy, masło, wędlina, ogórek, herbata (1,7) | Kasza manna+ otręby pszenne, chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb razowy, jogurt (1,7) |  |
| obiad | ziemniaczana, gulasz mięsno-warzywny, kasza jęczmienna, marchewka z chrzanem napój (1,9) | ziemniaczana, gulasz mięsno-warzywny, kasza jęczmienna, marchewka z chrzanem, 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  | Herbatniki  |  | Herbatniki  |
|  |  | K; 2180, B; 32,7g, T: 54,5g, KT: 21,8g, W;109g , BŁ; 32g, Sód: 1890mg | K; 2211, B; 33,17g, T: 55,28g, KT: 22,11g, W; g , BŁ; 33g, Sód: 1990mg | K; 1980, B; g, T: 55,28g, KT: 22,11g, W; g , BŁ; 33g, Sód: 1990mg |
| **03.04.24****ŚRODA** | śniadanie | Kasza jaglana, bułka, masło, miód+ ser biały, herbata (1,7) | Kasza jaglana. bułka, masło, ser biały, rzodkiewka, herbata (1,7) | Kasza jaglana, bułka, masło, miód+ ser biały, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb, masło, wędlina(1,7) |  |
| obiad | Jarzynowa, makaron z serem, owoc napój (1,3,7,9) | Jarzynowa, makaron z serem, owoc herbata (1,3,7,9) | Krupnik ryżowy, makaron z serem, jabłko pieczone, napój (1,3,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, wędlina, ćwikła, herbata (1,7) | Chleb razowy, masło, wędlina, ćwikła herbata (1,7) | Chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, jajko (1,7) |  |
|  |  | K; 2226, B; 33,39g, T: 55,65g, KT: 22,26g, W; 111,3g , BŁ; 33g, Sód 1980mg | K; 2228, B; 33,42g, T: 55,7g, KT: 22,28g, W; 111,4g , BŁ; 33g, Sód 1990mg | K; 2026, B; 30,39g, T:50,65g, KT: 20,26g, W; 101.3g , BŁ; 30g, Sód 1880mg |
|  | Dodatek II | Jogurt owocowy |  | Jogurt naturalny |
| **04.04.24 CZWARTEK** | śniadanie | Płatki owsiane, chleb, masło, wędlina, rzodkiewka, herbata (1,7) | Płatki owsiane, chleb razowy, masło, wędlina, rzodkiewka, herbata (1,7) | Płatki owsiane, chleb, masło, wędlina, herbata, (1,7) |
| dodatek |  | Płatki błyskawiczne, jogurt (1,7) |  |
| obiad | pieczarkowa, kotlet mielony, ziemniaki, buraczki, napój (1,3,7,9) | Pieczarkowa , kotlet mielony, ziemniaki, buraczki, herbata (1,3,7,9) | zacierka, pulpety gotowane, ziemniaki, buraczki, napój(1,3,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, sałatka jarzynowa, wędlina, herbata (1,7,9) | chleb, masło, sałatka jarzynowa, wędlina, herbata (1,7,9) | chleb, masło, wędlina , herbata (1,7) |
| Dodatek C |  | Chleb, masło, wędlina (1,7) |  |
|  | Dodatek II | owoc |  | owoc |
|  |  | K; 2231, B; 33,47g, T: 55,78g, KT: 22,31g, W; 111,55g , BŁ; 33g, Sód 1980mg | K; 2130, B; 31,95g, T: 53,25g, KT: 21,3g, W; 106,5g , BŁ; 32g, Sód 1880mg | K; 2031 B; 30,47g, T: 50,78g, KT: 20,31g, W; 101,55g , BŁ; 30g, Sód 1780mg |
| **05.04. 24 PIĄTEK** | śniadanie | Ryż+ otręby pszenne, chleb, masło, serek topiony, pomidor, herbata (1,7) | Ryż+ otręby pszenne, chleb razowy, masło, serek topiony, pomidor, herbata (1,7) | Ryż+ otręby pszenne, chleb, masło, dżem, ser biały, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb razowy, masło, wędlina (1,7) |  |
| obiad | Kalafiorowo- brokułowa, kotlet rybny, ziemniaki, sos grecki, napój (1,3,7,9) | Kalafiorowo-brokułowa,, kotlet rybny, ziemniaki, sos grecki, herbata (1,3,7,9) | Krupnik jęczmienny, filet rybny pieczony, ziemniaki, sos grecki, napój ( 1,3,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, jajko, ser żółty, sos jogurtowy ze szczypiorkiem, herbata (1,7) | Chleb razowy, masło, jajko, ser żółty, sos jogurtowy ze szczypiorkiem, herbata (1,7) | chleb, masło, twarożek, herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | Chleb razowy, jogurt (1,3,7) |  |
|  | dodatekII | **Baton zbożowy** |  | Herbatniki  |
|  |  | K; 2066, B; 30,99g, T: 51,65g, KT: 20,66g, W; 103,3g , BŁ; 30g, Sód 1780mg | K; 2143 B; 32,15g, T: 53,59g, KT: 21,43g, W; 107,15g , BŁ; 32g, Sód 1880mg | K; 1943 B; 29,15g, T: 48,58g, KT: 19,43g, W; 97,15g , BŁ; 29g, Sód 180mg |
| **06.04.24 SOBOTA** | śniadanie | Pieczywo mieszane, masło, wędlina, ćwikła, kefir, herbata (1,7) | Chleb razowy, masło, wędlina, ćwikła, kefir, herbata (1,7) | Pieczywo, chleb, masło, wędlina, herbata (1,7) |
| dodatek |  | Chleb razowy, masło, ser żółty (1,7) |  |
| obiad | Zupa z grochu łupanego, makaron z sosem mięsno-pieczarkowym, napój (1,3,7,9) | Zupa z grochu łupanego, makaron z sosem mięsno-pieczarkowym, herbata (1,3,7,9) | Ziemniaczana, makaron z sosem mięsnym, napój (1,3,7,9) |
| kolacja | chleb, masło, pasztecik, papryka, herbata (1,7) | chleb, masło, pasztecik, papryka, herbata(1,7) | chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
|  | Dodatek C |  | Chleb, masło, wędlina (1,7) |  |
|  | Dodatek II | Chrupka kukurydziana |  | Serek homogenizowany |
|  |  | K; 2271, B; 34,07g, T: 56,78g, KT:22,71g, W; 113,55g , BŁ; 34g, Sód 1980mg | K;1984 , B; 29,76g, T: 49,6g, KT: 19,84g, W; 99,2g , BŁ; 29g, Sód 1880mg | K; 2071, B; 31,07g, T: 51,77g, KT: 20,71g, W; 103,55g , BŁ; 31g, Sód 1870mg |
| **07.04.24****NIEDZIELA**  | śniadanie | Płatki jęczmienne, chleb, masło, wędlina, pomidor, herbata(1,7) | Płatki jęczmienne, chleb razowy, masło, wędlina, pomidor, herbata(1,7) | Płatki jęczmienne, chleb, masło, wędlina, herbata(1,7) |
| dodatek |  | Chleb, serek topiony (1,7) |  |
| obiad | Rosół z makaronem, udko pieczone, ziemniaki, marchewka z groszkiem, napój (1,7,9,3) | Rosół z makaronem, udko pieczone, ziemniaki, marchewka z groszkiem, herbata (1,7,9,3) | Zacierka , udko gotowane, ziemniaki, marchewka, napój (1,7,9,3) |
| kolacja | chleb, masło, serek naturalny, natka pietruszki, herbata (1,7) | chleb, masło, serek naturalny, natka pietruszki, herbata (1,7) | chleb, masło, serek naturalny herbata(1,7) |
| Dodatek C |  | chleb, masło, wędlina (1,7) |  |
|  | Dodatek II | Soczek owocowy |  | Soczek owocowy |
|  |  | K; 2140, B;32,12g, T: 53,5g, KT: 21,4g, W; 107g , BŁ; 32g, Sód 1890mg | K; 2026, B; 30,39g, T: 50,65g, KT:20,26g, W; 101,3g , BŁ; 30g, Sód 1880mg | K;1940, B; 29,1g, T: 48,5 g, KT:19,40g, W; 97g , BŁ; 29g, Sód 1780mg |