

## Kwiecień 01.04.2024 r. - 10.04.2024 r.

Zapraszamy do zapoznania się z jadłospisami na 1. dekadę kwietnia i zdjęciami przygotowanych posiłków.

### [LISTA ALERGENÓW](#)

[Jadłospis 10.04.2024 r.](#)

[Jadłospis 09.04.2024 r.](#)

[Jadłospis 08.04.2024 r.](#)

[Jadłospis 07.04.2024 r.](#)

[Jadłospis 06.04.2024 r.](#)

[Jadłospis 05.04.2024 r.](#)

[Jadłospis 04.04.2024 r.](#)

[Jadłospis 03.04.2024 r.](#)

[Jadłospis 02.04.2024 r.](#)

[Jadłospis 01.04.2024 r.](#)

### Śniadanie 10.04.2024 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

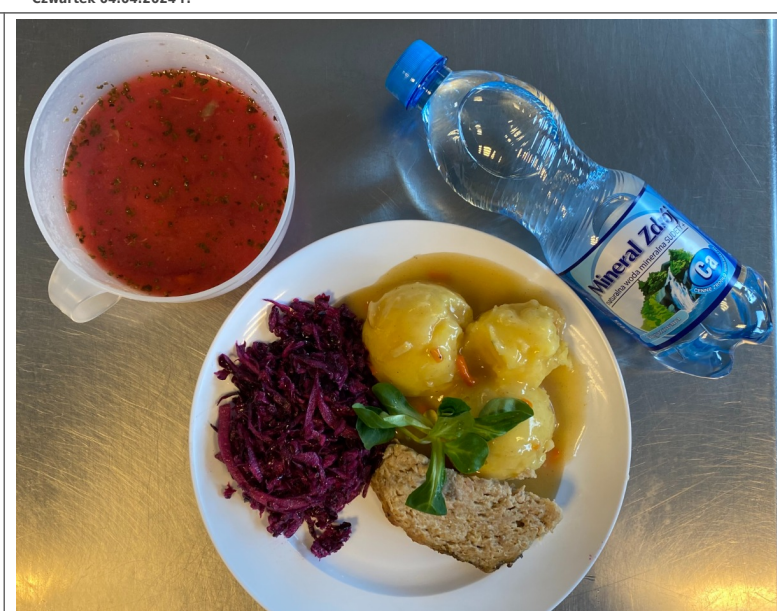
Kefir  
Chleb graham z masłem, twarogiem, rzodkiewką i sałatą  
Herbata czarna



Obiad- dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa z ciecierzycą  
Kasza pęczak z warzywami, sos pomidorowy  
Woda

|                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                              |                                                                                                |
| Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                            | Obiad - dieta podstawowa                                                                                                                                                         |
| Jogurt naturalny<br>Chleb razowy żytni z masłem, szynka delikatesowa z piersi indyka, ogórek kiszony, salata lodowa<br>Herbata czarna<br>Chleb razowy żytni z masłem, papryka | Zupa jarzynowa z zacierką<br>Ziemniaki gotowane, drobiowy kotlet mielony z dodatkiem kaszy jęczmiennej, sos pietruszkowy, surówka z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym<br>Woda |
| Poniedziałek 08.04.2024 r.                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                             |                                                                                               |
| Śniadanie - dieta łatwostrawna                                                                                                                                                | Obiad - dieta podstawowa                                                                                                                                                         |
| Maślanka<br>Bułka weka z masłem, pasta z jaj z jogurtem, marchew mini gotowana, salata lodowa<br>Herbata czarna                                                               | Zupa kapuśniak z białej kapusty<br>Ryż biały gotowany, leczo pomidorowe z soczewicą, cukinią, włoszczyzną<br>Woda<br>Mandarynka                                                  |
| Piątek 05.04.2024 r.                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  |

|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                               |                                                |
| Śniadanie - dieta podstawowa                                                                                                                                                                   | Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                  |
| Maślanka<br>Chleb graham z masłem, paszтет drobiowy zapiekany, papryka, sałata lodowa<br>Herbata czarna                                                                                        | Zupa z zielonym groszkiem<br>Ziemniaki gotowane, mintaj na parze, surówka z kapusty białej<br>Woda                               |
| Czwartek 04.04.2024 r.                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                  |
|                                                                                                              |                                               |
| Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                             | Obiad - dieta podstawowa                                                                                                         |
| Kefir<br>Chleb razowy żytni z masłem, pasta z jaja i wędliny z olejem, ogórek kiszony, sałata lodowa<br>Herbata czarna b/c<br>Chleb razowy żytni z masłem, szynka delikatesowa z piersi indyka | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami<br>Ziemniaki gotowane, pieczeń rzymska drobiowa w sosie, surówka z kapusty czerwonej<br>Woda |
| Środa 03.04.2024 r.                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                  |

|                                                                                                                                                            |                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                           |                                                   |
| <p>Śniadanie - dieta podstawowa</p> <p>Jogurt naturalny<br/>Chleb graham z masłem, twaróg z koperkiem, papryka, sałata lodowa<br/>Herbata czarna</p>       | <p>Obiad - dieta łatwostrawna</p> <p>Zupa pejszanka z ziemniakami<br/>Makaron z jabłkami prażonymi i jogurtem<br/>Woda</p>          |
| <p>Wtorek 02.04.2024 r.</p>                                                                                                                                |                                                                                                                                     |
|                                                                          |                                                  |
| <p>Śniadanie - dieta podstawowa</p> <p>Maślanka<br/>Chleb graham z masłem, szynka premium konserwowa, ogórek kiszony, sałata lodowa<br/>Herbata czarna</p> | <p>Obiad - dieta łatwostrawna</p> <p>Zupa ziemniaczana<br/>Kasza jęczmienna perłowa, gulasz drobiowy, szpinak gotowany<br/>Woda</p> |