

Lipiec 01.07.2024 r. - 10.07.2024 r.

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

LISTA ALERGENÓW

[Jadłospis 01.07.2024 r.](#)

[Jadłospis 02.07.2024 r.](#)

[Jadłospis 03.07.2024 r.](#)

[Jadłospis 04.07.2024 r.](#)

[Jadłospis 05.07.2024 r.](#)

[Jadłospis 06.07.2024 r.](#)

[Jadłospis 07.07.2024 r.](#)

[Jadłospis 08.07.2024 r.](#)

[Jadłospis 09.07.2024 r.](#)

[Jadłospis 10.07.2024 r.](#)

Środa 10.07.2024 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny
Bułka weka z masłem, twarożek z pietruszką, pomidor, salata masłowa
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa kapuśniak z białej kapusty
Ryż brązowy gotowany z fasolką po bretońsku z włoszczyzną
Jabłko
WODA

Wtorek 09.07.2024 r.



Śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Maślanka
Chleb razowy żytni z masłem, szynka delikatesowa, jajko, rzodkiewka, sałata masłowa
Herbata czarna



Obiad - dieta podstawowa

Zupa jarzynowa z kaszą manną
Ziemniaki gotowane, mielony kotlet drobiowy z dodatkiem kaszy jęczmieńnej, sos pietruszkowy, surówka z marchwi i ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym
WODA

Poniedziałek 08.07.2024 r.



Śniadanie - dieta podstawowa



Kefir
Chleb graham z masłem, pasta rybna z łososia, ogórek, sałata lodowa
Herbata czarna





Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa krupnik kukurydziany
Makaron z serem i sosem jogurtowo-truskawkowym
WODA

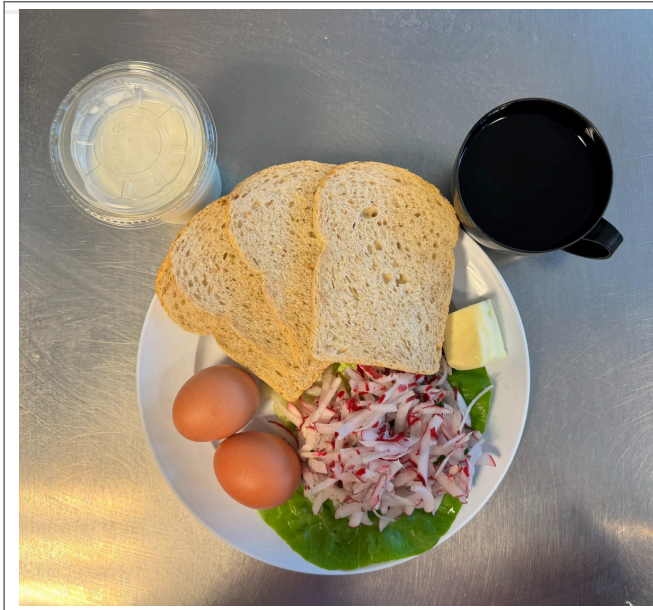



Piątek 05.07.2024 r.

	
<p>Śniadanie - dieta łatwostrawna</p> <p>Kefir Bułka weka z masłem, twaróg, dżem brzoskwiowy, sałata masłowa Herbata czarna</p>	<p>Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>Zupa z fasolki szparagowej Ryż brązowy gotowany, mintaj na parze z sosem greckim z warzywami WODA</p>

Czwartek 04.07.2024 r.

	
<p>Śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>Jogurt naturalny Chleb razowy żytni z masłem, szynka drobiowa, ogórek, pomidor, sałata masłowa Herbata czarna b/c</p>	<p>Obiad - dieta podstawowa</p> <p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i pietruszką Ziemniaki gotowane, pieczeń rzymska drobiowa w sosie, sałatka z buraczków z olejem rzepakowym WODA</p>

Środa 03.07.2024 r.

	
<p>Śniadanie - dieta podstawowa</p>	<p>Obiad - dieta łatwostrawna</p>
<p>Maślanka Chleb graham z masłem, jajko, rzodkiewka, sałata masłowa Herbata czarna</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami Makaron ze szpinakiem i suszonymi pomidorami Arbuz WODA</p>
<p>Wtorek 02.07.2024 r.</p>	
	
<p>Śniadanie - dieta łatwostrawna</p>	<p>Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>
<p>Kefir Bułka weka z masłem, szynka drobiowa, pomidor, sałata masłowa Herbata czarna</p>	<p>Zupa z zielonym groszkiem i zacierką Ryż brązowy gotowany z bitką drobiową duszoną w sosie, surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym WODA</p>

Poniedziałek 01.07.2024 r.



Śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jogurt naturalny
Chleb razowy żytni z masłem, szynka delikatesowa, pomidor, sałata
Iodowa
Herbata czarna b/c



Obiad - dieta podstawowa

Zupa kalafiorowa
Kasza gryczana gotowana z potrawką drobiową, surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym
WODA