

Listopad 11.11.2024 r. - 20.11.2024 r.

Zapraszamy do zapoznania się z jadłospisami na 2. dekadę listopada i zdjęciami przygotowanych posiłków.

LISTA ALERGENÓW

[Jadłospis 11.11.2024 r.](#)

[Jadłospis 12.11.2024 r.](#)

[Jadłospis 13.11.2024 r.](#)

[Jadłospis 14.11.2024 r.](#)

[Jadłospis 15.11.2024 r.](#)

[Jadłospis 16.11.2024 r.](#)

[Jadłospis 17.11.2024 r.](#)

[Jadłospis 18.11.2024 r.](#)

[Jadłospis 19.11.2024 r.](#)

[Jadłospis 20.11.2024 r.](#)

Środa 20.11.2024 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kefir
Chleb razowy żytni z masłem, filetem zapiekany, twarogiem, pomidorem i sałatą lodową
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa ryżowa z włoszczyzną
Kotlet z kaliaflora na parze z ziemniakami gotowanymi, sosem koperkowym i marchewką oprószaną
Woda

Wtorek 19.11.2024 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Jogurt naturalny
Chleb graham z masłem,
jajkami gotowanymi, ogórkiem kiszonym i sałatą lodową
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa jarzynowa z ziemniakami
Pieczeń rzymska drobiowa w sosie z kaszą jęczmienną perłową oraz sałatką z buraczków z olejem rzepakowym
Woda

Poniedziałek 18.11.2024 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Maślanka
Bułka weka z masłem, szynką
delikatesową, mieszanką warzyw gotowanych (brokuł, kalfior, marchew) oraz sałatą lodową
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zurek z ziemniakami
Kasza gryczana
gotowana z sosem pomidorowym, mięsem drobiowym i
włoszczyzną oraz mandarynka
Woda

Piątek 15.11.2024 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Maślanka
Chleb razowy żytni z masłem,
pastą twarogowo-jajeczną z koperkiem, pomidorem i sałatą lodową
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zupa z fasolki szparagowej z zacierką
Mintaj smażony z ziemniakami gotowanymi i surówką z kapusty kiszonej z olejem
Woda

Czwartek 14.11.2024 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Kefir
Chleb graham z masłem, pasztetem
drobiowym zapiekany, papryką i sałatą lodową
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa pomidorowa z ryżem
Gulasz drobiowy z kaszą jęczmienną perłową oraz
surówka z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym
Woda

Środa 13.11.2024 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Kefir
Bulka weka z masłem, szynką
delikatesową, salata lodową oraz marchew mini gotowana
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa brokułowa z kaszą kukurydzianą
Pulpet drobiowy na parze z kaszą pęczak, sosem jarzynowym,
surówką z kapusty czerwonej z olejem
rzepakowym
Woda

Wtorek 12.11.2024 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Maślanka
Chleb razowy żytni z masłem, twarogiem, papryką, salata lodową oraz szynką dębową drobiową
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zupa fasolowa
Makaron ze szpinakiem i suszonymi
pomidorami oraz jabłko
Woda