

Grudzień 01.12.2024 r. - 10.12.2024 r.

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

LISTA ALERGENÓW

[Jadłospis 01.12.2024 r.](#)

[Jadłospis 02.12.2024 r.](#)

[Jadłospis 03.12.2024 r.](#)

[Jadłospis 04.12.2024 r.](#)

[Jadłospis 05.12.2024 r.](#)

[Jadłospis 06.12.2024 r.](#)

[Jadłospis 07.12.2024 r.](#)

[Jadłospis 08.12.2024 r.](#)

[Jadłospis 09.12.2024 r.](#)

[Jadłospis 10.12.2024 r.](#)

Wtorek 10.12.2024 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny
Bułka weka z masłem, twarogiem z pietruszką, pomidorem i sałatą lodową
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i pietruszką
Klopsik drobiowy z ziemniakami gotowanymi, sosem koperkowym oraz surówką z kapusty pekińskiej z kukurydzą i olejem rzepakowym
Woda

Poniedziałek 09.12.2024 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
 Maślanka
 Chleb razowy żytni z masłem, filetem kruchym, jajkami, rzodkiewką i sałatą lodową
 Herbata czarna bez cukru

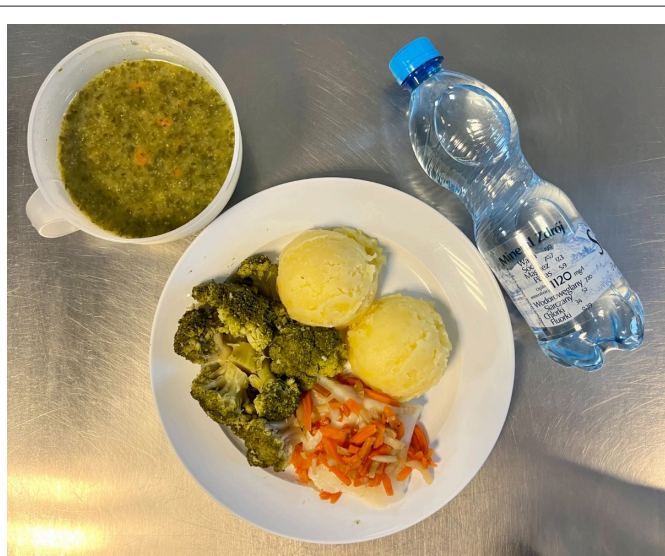


Obiad - dieta podstawowa
 Zupa fasolowa
 Ryż brązowy z warzywami w sosie sojowym po chińsku oraz mandarynka
 Woda

Piątek 06.12.2024 r.



Śniadanie - dieta podstawowa
 Maślanka
 Chleb graham z masłem, pasztetem drobiowym zapiekany, pomidorem i sałatą lodową
 Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna
 Zupa szpinakowa z kaszą kukurydzianą
 Mintaj na parze z ziemniakami gotowanymi i brokułami gotowanymi z olejem
 Woda

Czwartek 05.12.2024 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Kefir
Bułka weka z masłem, pastą z jaj, mieszanką warzyw gotowanych (brokuł, kalafior, marchew) i sałatą lodową
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa barszcz czerwony z ziemniakami
Wątróbka drobiowa duszona w sosie z ryżem brązowym oraz surówką z kapusty białej, marchwi i kukurydzy z olejem rzepakowym
Woda

Środa 04.12.2024 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jogurt naturalny
Chleb razowy żytni z masłem, twarogiem, filetem kruchym, rzodkiewką i sałatą lodową
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zurek z ziemniakami
Leczo pomidorowe z makaronem, soczewicą, cukinią, woszczyną, olejem rzepakowym oraz jabłko
Woda

Wtorek 03.12.2024 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maślanka
Chleb graham z masłem, szynką premium konserwową, ogórkiem kiszonym i sałatą lodową
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa grysikowa z włoszczyzną
Pieczeń rzymska drobiowa z sosem, ziemniakami gotowanymi i kalaflorem gotowanym z olejem rzepakowym
Woda

Poniedziałek 02.12.2024 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Kefir
Bułka weka z masłem, pasta z jaja i wędliny z olejem, pomidorem i sałatą lodową
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa jarzynowa z ziemniakami
Potrawka drobiowa z kaszą jęczmienną perłową oraz surówką z marchwi i selera z olejem rzepakowym
Woda