

Luty 11.02.2025 r.- 20.02.2025 r.

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

LISTA ALERGENÓW

[Jadłospis 11.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 12.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 13.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 14.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 15.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 16.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 17.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 18.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 19.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 20.02.2025 r.](#)

Czwartek 20.02.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maślanka
Chleb graham z masłem, twarogiem, dżemem truskawkowym, papryką i salata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa dyniowa z kaszą kukurydzianą
Bitka drobiowa duszona w sosie z ziemniakami gotowanymi i kalaflorem gotowanym z olejem rzepakowym
Woda

Środa 19.02.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny
Bułka weka z masłem, szynka drobiowa, brokuł na parze, salata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa ogórkowa z ryżem
Kotlet z fasoli na parze z ziemniakami gotowanymi, sosem pietruszkowym i surówką z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym
Woda

Wtorek 18.02.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kefir
Chleb razowy żytni z masłem, jajka, ogórek kiszony, filet zapiekany, salata lodowa
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zupa brokułowa z ziemniakami
Pieczeń rzemsa drobiowa z kaszą gryczaną w sosie oraz sałatka z buraczków z olejem rzepakowym
Woda

Poniedziałek 17.02.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maślanka
Chleb graham z masłem, pasztet drobiowy zapiekany, papryka, salata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa pejszanka z ziemniakami
Ryż z jabłkami prażonymi i jogurtem
Woda

Piątek 14.02.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Maślanka
Bulka weka z masłem, pasta z jaj, pomidor, salata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa z fasolki szparagowej z zacierką
Mintaj na parze z ziemniakami gotowanymi i surówką z kapusty kiszzonej z olejem
Woda

Czwartek 13.02.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Kefir
Chleb razowy żytni z masłem, twarogiem, rzodkiewką, brokułem na parze, sałatą lodową
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa
Zupa pomidorowa z makaronem
Gulasz drobiowy z kaszą gryczaną oraz surówką z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym
Woda

Środa 12.02.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

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



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą
Pulpet drobiowy na parze z ziemniakami gotowanymi, sosem koperkowym i brokulem gotowanym z olejem
Woda

Wtorek 11.02.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Maślanka
Bułka weka z masłem, szynka drobiowa, cukinia na parze oraz salata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa fasolowa
Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i suszonymi pomidorami oraz jabłko
Woda