

# Marzec 01.03.2025 r. - 10.03.2025 r.

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

## LISTA ALERGENÓW

Jadłospis 01.03.2025 r. - 10.03.2025 r.

Poniedziałek 10.03.2025 r.



Sniadanie - dieta podstawowa

Maślanka  
Chleb graham z masłem, jajka, papryka, sałata lodowa oraz mix orzechów z żurawiną  
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa kalafiorowa z ryżem  
Leczo pomidorowe z cukinią, włoszczyzną, olejem rzepakowym i kaszą jęczmienną perłową oraz mandarynka  
Woda

Piątek 07.03.2025 r.




Sniadanie - dieta łatwostrawna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



# Dolnośląski Szpital Specjalistyczny im. T. Marciniaka - Centrum Medycyny Ratunkowej

<p>Maślanka Bulka weka z masłem, szynka delikatosowa, marchew mini gotowana i sałata lodowa Herbata czarna</p>	<p>Zupa szpinakowa z kaszą manna Mintaj na parze z kaszą bulgur, sosem koperkowym, sałatką z buraczków z olejem rzepakowym Woda</p>
<p>Czwartek 06.03.2025 r.</p>	
	
<p>Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Obiad - dieta podstawowa</p>
<p>Jogurt naturalny Chleb razowy żytni z masłem, jajka, filet kruchy, pomidor, sałata lodowa Herbata czarna bez cukru</p>	<p>Żurek z ziemniakami Wątróbka drobiowa duszona w sosie z ryżem brązowym i surówką z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym Woda</p>
<p>Środa 05.03.2025 r.</p>	
	
<p>Śniadanie - dieta podstawowa</p>	<p>Obiad - dieta łatwostrawna</p>
<p>Kefir Chleb graham z masłem, twaróg, papryka, sałata lodowa oraz dżem truskawkowy Herbata czarna</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami Makaron z jabłkami prażonymi i jogurtem Woda</p>
<p>Wtorek 04.03.2025 r.</p>	





Śniadanie - dieta łatwostrawna

Maślanka  
 Bułka weka z masłem, szynka delikatkowa, marchew mini gotowana, salata lodowa  
 Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa pieczarkowa z makaronem  
 Pieczeń rzymska drobiowa z sosem pietruszkowym, ziemniakami gotowanymi oraz surówką z kapusty kiszzonej z marchewką i olejem  
 Woda

Poniedziałek 03.03.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jogurt naturalny  
 Chleb razowy żytni z masłem, szynka drobiowa, pomidor, papryka, salata lodowa  
 Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zupa pomidorowa z ryżem  
 Potrawka drobiowa z kaszą jęczmienną perłową oraz surówką z marchwi i selera z olejem rzepakowym  
 Woda