

Marzec 11.03.2025 r. - 20.03.2025 r.

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

LISTA ALERGENÓW

Jadłospis 11.03.2025 r. - 20.03.2025 r.

Piątek 14.03.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

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



Obiad - dieta podstawowa

Zupa dyniowa z kaszą kukurydzianą
Mintaj smażony z ziemniakami gotowanymi oraz surówką z kapusty kiszonej z marchewką i olejem
Woda

Czwartek 13.03.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maślanka
Chleb graham z masłem, szynka premium konserwowa, pomidor, sałata lodowa oraz mix orzechów z żurawiną
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa grysikowa z włoszczyzną
Filet z kurczaka gotowany z sosem jarzynowym, ziemniakami gotowanymi i sałatką z buraczków z olejem rzepakowym
Woda

Środa 12.03.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny
 Bukka weka z masłem, twaróg, dżem brzoskwinowy, sałata lodowa
 Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kapuśniak z białej kapusty
 Makaron razowy z fasolką po bretońsku z włoszczyzną oraz mandarynka
 Woda

Wtorek 11.03.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kefir
 Chleb razowy żytni z masłem, szynka
 delikatesowa, pomidor, sałata lodowa, rzodkiew
 Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Barszcz czerwony z ziemniakami
 Stek wieprzowy smażony z cebulką, ziemniaki gotowane oraz surówka z kapusty czerwonej z
 olejem rzepakowym
 Woda