

Maj 21.05.2025 r. - 31.05.2025 r.

Zapraszamy do zapoznania się z jadłospisami na 3. dekadę maja i zdjęciami przygotowanych posiłków.

[LISTA ALERGENÓW](#)

[Jadłospis 21-31.05.2025 r.](#)

Piątek 30.05.2025 r.	
	
Śniadanie - dieta łatwostrawna	Obiad - dieta podstawowa
Jogurt naturalny Bulka weka z masłem, szynka drobiowa, marchew mini gotowana, sałata lodowa Herbata czarna	Zupa pieczarkowa z ziemniakami Mintaj panierowany z ziemniakami gotowanymi i mizerią Woda
Czwartek 29.05.2025 r.	
	
Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Obiad - dieta podstawowa
Kefir Chleb razowy żytni z masłem, filet zapiekany, twaróg, pomidor, sałata lodowa Herbata czarna bez cukru	Zupa pomidorowa z makaronem Wątróbka drobiowa duszona w sosie z kaszą jęczmienną perłową i surówką z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym Woda

Środa 28.05.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maślanka
Chleb graham z masłem, jajka, papryka, salata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa dyniowa
Makaron gotowany z leczy pomidorowym z cukinią, mięsem drobiowym, włoszczyzną, olejem rzepakowym oraz mandarynka
Woda

Wtorek 27.05.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny
Bulka weka z masłem, twaróg, dżem truskawkowy, salata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kapuśniak z białej kapusty
Udko duszone w sosie jarzynowym z kaszą gryczaną gotowaną i salatką z buraczków z olejem rzepakowym
Woda

Poniedziałek 26.05.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kefir
Chleb razowy żytni z masłem, szynka delikatkowa, jajko, papryka, sałata lodowa
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami
Ryż z jabłkami prażonymi i jogurtem
Woda

Piątek 23.05.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Kefir
Chleb graham z masłem, szynka premium konserwowa, rzodkiewka, sałata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Barszcz czerwony z ziemniakami
Makaron z serem i sosem jogurtowo-truskawkowym
Woda

Czwartek 22.05.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

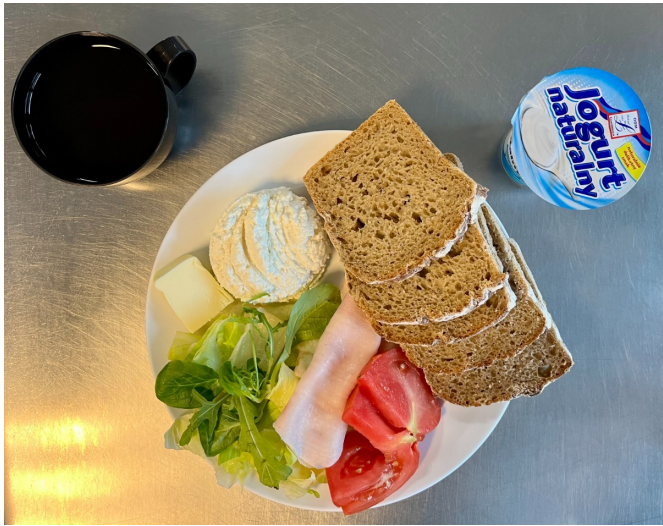
Maślanka
Bułka weka z masłem, szynkowa drobiowa, mieszanka warzyw gotowanych (brokuł, kalafior, marchew), salata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Krupnik z kaszą jęczmienną i pietruszką
Pieczeń rymska drobiowa w sosie z kaszą gryczaną gotowaną oraz surówką z marchwi i ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym
Woda

Środa 21.05.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jogurt naturalny
Chleb razowy żytni z masłem, twarogiem, filetem kruchym, pomidorem, salata lodowa
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Żurek z ziemniakami
Ryż brązowy gotowany z potrawką drobiową i surówką z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym
Woda