

Czerwiec 01.06.2025 r. - 10.06.2025 r.

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

LISTA ALERGENÓW

Jadłospis 1-10.06.2025 r.

|                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wtorek 10.06.2025 r.                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                   |                                                                                                                                               |
| <p>Śniadanie - dieta łatwostrawna</p> <p>Kefir<br/>Bułka weka z masłem, twarógzek, jabłko, sałata lodowa<br/>Herbata czarna</p>                                                                                     | <p>Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami<br/>Klops w sosie pomidorowym z kaszą jęczmienną perłową i surówką z kapusty kiszonej z marchewką i olejem<br/>Woda</p> |
| Poniedziałek 09.06.2025 r.                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                  |                                                                                                                                              |
| <p>Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>Maślanka<br/>Chleb razowy żytni z masłem, jajka, filet kruchy, papryka, sałata lodowa<br/>Herbata czarna bez cukru</p> | <p>Obiad - dieta podstawowa</p> <p>Zupa kalafiorowa z ryżem<br/>Leczo pomidorowe z soczewicą, cukinią, włoszczyzną, olejem rzepakowym i makaronem gotowanym oraz arbuza<br/>Woda</p>                                             |

Piątek 06.06.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maślanka  
Chleb graham z masłem, pasztet drobiowy zapiekany, rzodkiewka, sałata lodowa  
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Barszcz czerwony z ziemniakami  
Mintaj na parze z ziemniakami gotowanymi, sosem koperkowym i szpinakiem gotowanym  
Woda

Czwartek 05.06.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny  
Bułka weka z masłem, pasta z jaj, pomidor, sałata lodowa  
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

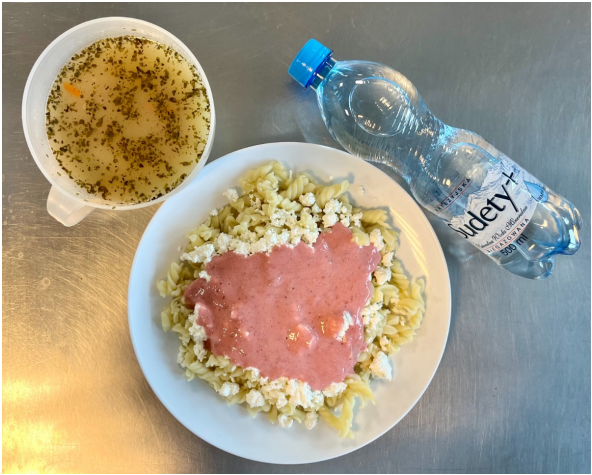
Zurek z ziemniakami  
Potrawka drobiowa z ryżem brązowym gotowanym i surówką z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym  
Woda

Środa 04.06.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kefir  
Chleb razowy żytni z masłem, szynka drobiowa, ogórek, pomidor, sałata lodowa  
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zupa fasolowa  
Makaron z serem i sosem jogurtowo-truskawkowym  
Woda

Wtorek 03.06.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maslanka  
Chleb graham z masłem, hummus naturalny, pomidor, sałata lodowa  
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

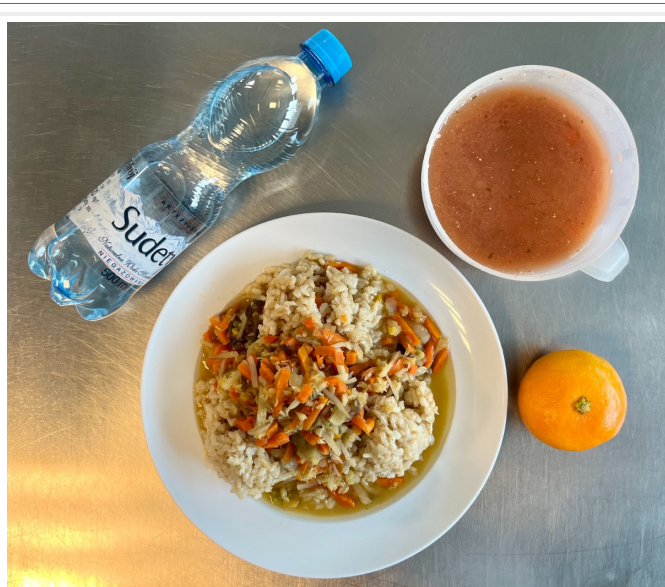
Zupa dyniowa  
Wątróbka drobiowa duszona w sosie kukurydzianym z ziemniakami i szpinakiem gotowanym  
Woda

Poniedziałek 02.06.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny  
Bułka weka z masłem, twarogiem, pomidor, sałata lodowa  
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa pomidorowa z makaronem  
Ryż brązowy z soczewicą w sosie sojowym po chińsku oraz mandarynka  
Woda