

Jadłospis tygodniowy 01.01.2024-07.01.2024

Jadłospis na dzień: poniedziałek 01.01.2024

|  |         |   |
|--|---------|---|
| DIETA PODSTAWOWA I   | Ś       | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), bułka kajzerka ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), filet z makreli w oleju ( <b>ryba</b> ), sałata zielona, zupa mleczna z płatkami ( <b>mleko</b> , płatki owsiane ( <b>gluten</b> )), herbata  |
|  | O       | Kotlet schabowy: (schab, mąka pszena ( <b>gluten</b> ), <b>jajko</b> , bułka tarta ( <b>gluten</b> ), olej, przyprawy: sól, pieprz, kucharek ( <b>seler</b> )), ziemniaki, surówka z kapusty białej (kapusta biała, marchew, cebula, jabłko, majonez ( <b>gorczyca</b> , <b>jajko</b> ), przyprawy: sól, cukier, pieprz, musztarda ( <b>gorczyca</b> )), sałata zielona, kompot (jabłka, woda)  |
|  | K<br>PW | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), twaróg z papryką i szczypiorkiem (twaróg ( <b>mleko</b> ), <b>mleko</b> , szczypiorek), herbata<br>Mus owocowy   |
| DIETA LATWOSTRAWNA II                                      | Ś       | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), bułka kajzerka ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), polędwica sopocka, sałata zielona, zupa mleczna z płatkami ( <b>mleko</b> , płatki owsiane ( <b>gluten</b> )), herbata  |
|  | O       | Bitki schabowe II: (schab, mąka pszena ( <b>gluten</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), olej, przyprawy: sól, pieprz, kucharek ( <b>seler</b> )), ziemniaki, kalafior z wody (kalafior mrożony, masło ekstra ( <b>mleko</b> ), bułka tarta ( <b>gluten</b> ), sól), kompot (jabłka, woda)  |
|  | K<br>PW | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), twaróg (twaróg ( <b>mleko</b> ), <b>mleko</b> ), pomidor, herbata<br>Mus owocowy  |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW XI | Ś       | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), bułka kajzerka ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), polędwica sopocka, sałata zielona, zupa mleczna z płatkami ( <b>mleko</b> , płatki owsiane ( <b>gluten</b> )), herbata bez cukru   |
|  | II Ś    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynką gotowaną ( <b>soja</b> , <b>mleko</b> )   |
|  | O       | Zupa jarzynowa z ryżem (ryż, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , mieszanka warzywna: kalafior, brokuł, marchew, śmietana ( <b>mleko</b> ), kości, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, przyprawa do zup w płynie ( <b>seler</b> )), bitki schabowe II: (schab, mąka pszena ( <b>gluten</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), olej, przyprawy ( <b>seler</b> )), ziemniaki, kalafior z wody (kalafior mrożony, masło ekstra ( <b>mleko</b> )), kompot (jabłka, woda) |
|  | Podw    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), <b>jajko</b> ,   |
|  | K<br>PW | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), twaróg (twaróg ( <b>mleko</b> ), mleko), pomidor, herbata<br>Mus owocowy   |

Jadłospis na dzień: wtorek 02.01.2024

|  |         |   |
|--|---------|---|
| DIETA PODSTAWOWA I   | Ś       | Chleb graham ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), żurek z jajkiem i kielbasą (kości, <b>jajko</b> , kielbasa toruńska ( <b>soja</b> ), słonina, mąka pszena ( <b>gluten</b> ), śmietana ( <b>mleko</b> ), czosnek, sól, pieprz, kwas cytrynowy, ziele angielskie, liść laurowy, przyprawa do zup w płynie ( <b>seler</b> ), jabłko, herbata   |
|  | O       | Pyzy z mięsem (ziemniaki, biodrówka, mąka pszena ( <b>gluten</b> ), mąka ziemniaczana, <b>jajka</b> , cebula, słonina, olej, przyprawy ( <b>seler</b> ), sos pieczeniowy ( <b>gluten</b> , <b>soja</b> ), surówka z kapusty kiszzonej (kapusta kiszona, marchew, cebula, jabłko, olej, przyprawy), kompot (mieszanka kompotowa, woda)   |
|  | K<br>PW | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynka wiejska, pomidor, sałata zielona, kawa z mlekiem ( <b>mleko</b> , kawa zbożowa ( <b>gluten</b> ), cukier)<br>Jabłko  |
| DIETA LATWOSTRAWNA II                                      | Ś       | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), żurek z jajkiem i kielbasą (kości, <b>jajko</b> , kielbasa toruńska ( <b>soja</b> ), słonina, mąka pszena ( <b>gluten</b> ), śmietana ( <b>mleko</b> ), czosnek, sól, pieprz, kwas cytrynowy, ziele ang., liść laurowy, przyprawa do zup w płynie ( <b>seler</b> )), herbata  |
|  | O       | Gulasz z indyka (gulasz z indyka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), mąka pszena ( <b>gluten</b> ), konc. pomidorowy, przyprawy ( <b>seler</b> )), ryż, marchew duszona (marchew, masło ekstra ( <b>mleko</b> )), kompot (mieszanka kompotowa, woda)  |
|  | K<br>PW | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynka wiejska, pomidor, sałata zielona, kawa z mlekiem ( <b>mleko</b> , kawa zbożowa ( <b>gluten</b> ), cukier)<br>Serek homogenizowany ( <b>mleko</b> )   |
| DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW XI | Ś       | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), żurek z jajkiem i kielbasą (kości, <b>jajko</b> , kielbasa toruńska ( <b>soja</b> ), słonina, mąka pszena ( <b>gluten</b> ), śmietana ( <b>mleko</b> ), czosnek, sól, pieprz, kwas cytrynowy, ziele angielskie, liść laurowy, przyprawa do zup w płynie ( <b>seler</b> ), herbata gorzka   |
|  | II Ś    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynką gotowaną ( <b>soja</b> , <b>mleko</b> ), pomidor  |
|  | O       | Zupa ziemniaczana (ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), kości, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, przyprawa do zup w płynie ( <b>seler</b> ), gulasz z indyka (gulasz z indyka, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), mąka pszena ( <b>gluten</b> ), konc. pomidorowy, przyprawy: ( <b>seler</b> )), ryż, surówka z marchewki i selera (marchew, <b>seler</b> , olej), kompot (mieszanka kompotowa, woda) |
|  | Podw    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), twaróg ( <b>mleko</b> )  |
|  | K<br>PW | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynka wiejska, pomidor, sałata zielona, kawa gorzka ( <b>mleko</b> , kawa zbożowa ( <b>gluten</b> )).<br>Jabłko   |

**Jadłospis na dzień: środa 03.01.2024**

|   |      |  |
|---|------|--|
| <b>DIETA<br/>PODSTAWOWA<br/>I</b>   | Ś    | Chleb graham ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), miód, twaróg ( <b>mleko</b> ), marchew, płatki owsiane na mleku ( <b>mleko</b> , płatki owsiane ( <b>gluten</b> )), herbata  |
|   | O    | Udziec pieczony (udziec drobiowy, olej, cebula, przyprawy: sól, pieprz, kucharek ( <b>seler</b> ), papryka słodka, przyprawa do kurczaka ( <b>gorczyca, seler</b> )), ziemniaki, sałata zielona ze śmietaną (sałata zielona, śmietana ( <b>mleko</b> ), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ), marchew, kukurydza konserwowa, cebula, sól, pieprz), kompot (jabłka, woda)  |
|   | K    | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), kiełbasa żywiecka ( <b>mleko, soja</b> ), pomidor, sałata zielona, herbata   |
|   | PW   | Sałatka z ciecierzycy (ciecierzyca, kukurydza, papryka czerwona, rukola, szczypiorek olej)   |
| <b>DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA II</b>  | Ś    | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), miód, twaróg ( <b>mleko</b> ), płatki owsiane na mleku ( <b>mleko</b> , płatki owsiane ( <b>gluten</b> )), herbata   |
|   | O    | Udziec drobiowy w sosie (udziec drobiowy, olej, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), przyprawy ( <b>seler</b> )), ziemniaki, sałata zielona ze śmietaną (sałata zielona, śmietana ( <b>mleko</b> ), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> )), kompot (jabłka, woda)  |
|   | K    | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), kiełbasa szynkowa ( <b>soja</b> ), pomidor, herbata  |
|   | PW   | Jogurt naturalny ( <b>mleko</b> )  |
| <b>DIETA Z<br/>OGRANICZENIEM<br/>ŁATWO<br/>PRZYSWAJALNYCH<br/>WĘGLOWODANÓW<br/>XI</b> | Ś    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), klops drobiowy (gulasz z indyka, <b>jajko</b> , pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), mąka ziemniaczana, przyprawy), sałata zielona, płatki owsiane na mleku ( <b>mleko</b> , płatki owsiane ( <b>gluten</b> )), herbata gorzka   |
|   | II Ś | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynką gotowaną ( <b>soja, mleko</b> )  |
|   | O    | Rosół z makaronem (makaron ( <b>gluten, jajko</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , kości, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, przyprawa do zup w płynie ( <b>seler</b> )), udziec drobiowy w sosie (udziec drobiowy, olej, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), przyprawy ( <b>seler</b> )), ziemniaki, sałata zielona ze śmietaną (sałata zielona, śmietana ( <b>mleko</b> ), jogurt naturalny ( <b>mleko</b> ), kompot (jabłka, woda) |
|   | Podw | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), pasta rybna (twaróg ( <b>mleko</b> ), konserwa rybna ( <b>ryba, gorczyca</b> ))   |
|   | K    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), kiełbasa szynkowa ( <b>soja</b> ), pomidor, herbata   |
|   | PW   | Jogurt naturalny ( <b>mleko</b> )  |

**Jadłospis na dzień: czwartek 04.01.2024**

|   |         |  |
|---|---------|--|
| <b>DIETA<br/>PODSTAWOWA<br/>I</b>   | Ś       | Bułka grahamka ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), kiełbasa krakowska ( <b>soja</b> ), ogórek zielony, sałata zielona, zupa mleczna z ryżem ( <b>mleko, ryż</b> ), herbata  |
|   | O       | Kotlet mielony (biodrówka, wołowina b/k, cebula, pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), <b>jajka</b> , mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), olej, mąka ziemniaczana, przyprawy: sól, pieprz, kucharek ( <b>seler</b> )), ziemniaki, ćwikła (buraki czerwone, chrzan ( <b>mleko</b> ), przyprawy: ocet, sól, cukier, pieprz), kompot (jabłka, woda)   |
|   | K       | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), pasta z jaj ( <b>jajka</b> , majonez ( <b>gorczyca, jajko</b> ), pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), musztarda ( <b>gorczyca</b> ), szczypiorek, przyprawy), sałata zielona, herbata.  |
|   | PW      | Jogurt owocowy ( <b>mleko</b> )  |
| <b>DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA<br/>II</b>  | Ś       | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynka wiejska, pomidor, zupa mleczna z ryżem ( <b>mleko, ryż</b> ), herbata   |
|   | O       | Pulpet w sosie (biodrówka, wołowina b/k, pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), <b>jajka</b> , mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , olej, śmietana ( <b>mleko</b> ), mąka ziemniaczana, przyprawy ( <b>seler</b> )), ziemniaki, buraki duszone (buraki czerwone, masło ekstra ( <b>mleko</b> ), sól, cukier), kompot (jabłka, woda)  |
|   | K<br>PW | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), <b>jajko</b> , sałata zielona, herbata<br>Jogurt owocowy ( <b>mleko</b> )  |
| <b>DIETA Z<br/>OGRANICZENIEM<br/>ŁATWO<br/>PRZYSWAJALNYCH<br/>WĘGLOWODANÓW<br/>XI</b> | Ś       | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), bułka grahamka ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynka wiejska, pomidor, zupa mleczna z ryżem ( <b>mleko, ryż</b> ), herbata  |
|   | II Ś    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), twaróg ( <b>mleko</b> )   |
|   | O       | Zupa pomidorowa z lanym ciastem (mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), <b>jajka</b> , marchew, pietruszka, <b>seler</b> , konc. pomidorowy, śmietana ( <b>mleko</b> ), kości, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, przyprawa do zup w płynie ( <b>seler</b> )), pulpet w sosie (biodrówka, wołowina b/k, pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), <b>jajka</b> , mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , olej, śmietana ( <b>mleko</b> ), mąka ziemniaczana, przyprawy: sól, pieprz, kucharek ( <b>seler</b> )), ziemniaki, brokuł z wody (brokuł, masło ( <b>mleko</b> ), bułka tarta ( <b>gluten</b> )) kompot (jabłka, woda) |
|   | Podw    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynką gotowaną ( <b>soja, mleko</b> )  |
|   | K<br>PW | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), <b>jajko</b> , sałata zielona, herbata.<br>Jogurt owocowy b/cukru ( <b>mleko</b> )  |

**Jadłospis na dzień: piątek 05.01.2024**

|   |                                       |  |
|---|---------------------------------------|--|
| <b>DIETA PODSTAWOWA I</b>   | Ś                                     | Chiałka ( <b>gluten, jajko, mleko</b> ), pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), dżem, twaróg ( <b>mleko</b> ), zupa mleczna z płatkami ( <b>mleko, płatki owsiane (gluten)</b> ), herbata, jabłko   |
|   | O                                     | Dorsz w sosie porowym: ( <b>dorsz, pory, śmietana (mleko), masło ekstra (mleko), mąka pszenna (gluten), przyprawy (seler), ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej (kapusta pekińskiej, marchew, cebula, jabłko, majonez (gorczyca, jajko), przyprawy: sól, cukier, pieprz, musztarda (gorczyca)), kompot (jabłka, woda)</b> )   |
|   | K                                     | Chleb graham ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), sałatka jarzynowa: (marchew, ziemniaki, pietruszka, <b>seler</b> , jabłka, ogórek konserwowy, groszek konserwowy, <b>jajka, majonez (jajka, gorczyca)</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), cebula, przyprawy: musztarda ( <b>gorczyca</b> ), sól, pieprz), sałata zielona, herbata   |
|   | PW                                    | Mandarynka   |
| <b>DIETA LATWOSTRAWNA II</b>                                      | Ś                                     | Chiałka ( <b>gluten, jajko, mleko</b> ), pieczywo ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), dżem, twaróg ( <b>mleko</b> ) zupa mleczna z płatkami ( <b>mleko, płatki owsiane (gluten)</b> ), herbata  |
|   | O                                     | Ryba w jarzynach ( <b>ryba, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (seler)</b> ), ziemniaki, marchewka duszona (marchew, masło ekstra ( <b>mleko</b> )), kompot z jabłek (jabłka, woda)   |
|   | K                                     | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), sałatka jarzynowa (marchew, ziemniaki, pietruszka, <b>seler</b> , jabłka, <b>jajka, majonez (jajka, gorczyca)</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), przyprawy), herbata   |
|   | PW                                    | Ryż z jabłkami (ryż, jabłka, cukier, cynamon)  |
| <b>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW XI</b> | Ś                                     | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), twarożek ( <b>mleko</b> ), pomidor, zupa mleczna z płatkami ( <b>mleko, płatki owsiane (gluten)</b> ), herbata gorzka   |
|   | II Ś                                  | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), <b>jajko</b>  |
|   | O                                     | Zupa jarzynowa z ryżem (ryż, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , mieszanka warzywna: kalafior, brokuł, marchew, śmietana ( <b>mleko</b> ), kości, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy, przyprawa do zup w płynie ( <b>seler</b> )), ryba w jarzynach: ( <b>ryba, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (seler)</b> ), ziemniaki, surówka z marchewki i selera (marchew, seler, olej), kompot (jabłka, woda) |
|   | Podw                                  | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), <b>pomidor</b> )  |
|   | K                                     | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), sałatka jarzynowa (marchew, ziemniaki, pietruszka, <b>seler</b> , jabłka, <b>jajka, majonez (jajka, gorczyca)</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), przyprawy), herbata bez cukru  |
| PW  | Ryż z jabłkami (ryż, jabłka, cynamon) |  |

**Jadłospis na dzień: sobota 06.01.2024**

|   |      |   |
|---|------|---|
| <b>DIETA PODSTAWOWA I</b>   | Ś    | Chleb graham ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynka gotowana ( <b>soja, mleko</b> ), papryka, zupa mleczna z makaronem ( <b>mleko, makaron (gluten, jajko)</b> ), herbata  |
|   | O    | Schab soute (schab, mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), cebula, śmietana ( <b>mleko</b> ), olej, przyprawy: sól, pieprz, kucharek ( <b>seler</b> )), kasza ( <b>gluten</b> ), fasolka szparagowa z wody (fasolka szparagowa mrożona, masło ekstra ( <b>mleko</b> ), bułka tarta ( <b>gluten</b> )), kompot (jabłka, woda)   |
|   | K    | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), ser żółty ( <b>mleko</b> ), sałata zielona, herbata   |
|   | PW   | Jogurt owocowy ( <b>mleko</b> )   |
| <b>DIETA LATWOSTRAWNA II</b>                                      | Ś    | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynka gotowana ( <b>soja, mleko</b> ), pomidor, zupa mleczna z makaronem ( <b>mleko, makaron (gluten, jajko)</b> ), herbata  |
|   | O    | Bitki schabowe (schab, mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), olej, przyprawy ( <b>seler</b> )), kasza ( <b>gluten</b> ), buraczki duszone (buraki czerwone, masło ekstra ( <b>mleko</b> )), kompot (jabłka, woda)  |
|   | K    | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), twaróg (twaróg ( <b>mleko</b> ), <b>mleko</b> ), sałata zielona, herbata  |
|   | PW   | Jogurt owocowy ( <b>mleko</b> )   |
| <b>DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW XI</b> | Ś    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynka gotowana ( <b>soja, mleko</b> ), pomidor, zupa mleczna z makaronem ( <b>mleko, makaron (gluten, jajko)</b> ), herbata bez cukru   |
|   | II Ś | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), pomidor  |
|   | O    | Zupa jarzynowa z lanym ciastem (mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), <b>jajko</b> , marchew, pietruszka, <b>seler</b> , mieszanka warzywna: kalafior, brokuł, marchew, śmietana ( <b>mleko</b> ), kości, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy, przyprawa do zup w płynie ( <b>seler</b> )), bitki schabowe (schab, mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), olej, przyprawy: sól, pieprz, kucharek ( <b>seler</b> )), kasza ( <b>gluten</b> ), fasolka szparagowa z wody (fasolka szparagowa mrożona, masło ekstra ( <b>mleko</b> ), bułka tarta ( <b>gluten</b> )), kompot (jabłka, woda) |
|   | Podw | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynka gotowana ( <b>soja, mleko</b> )   |
|   | K    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), twaróg (twaróg ( <b>mleko</b> ), <b>mleko</b> ), sałata zielona, herbata   |
|   | PW   | Jogurt owocowy b/cukru ( <b>mleko</b> )   |

**Jadłospis na dzień: niedziela 07.01.2024**

|   |         |  |
|---|---------|--|
| <b>DIETA<br/>PODSTAWOWA<br/>I</b>   | Ś       | Chleb graham ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), dżem, twaróg ( <b>mleko</b> ), zupa mleczna z grysikiem ( <b>mleko, grysik (gluten)</b> ), herbata, jabłko   |
|   | O       | Udziec drobiowy pieczony (udziec drobiowy, olej, cebula, przyprawy: sól, pieprz, kucharek ( <b>seler</b> ), papryka słodka, przyprawa do kurczaka ( <b>gorczyca, seler</b> )), ziemniaki, surówka z marchewki (marchew, jabłko, olej), kompot (jabłka, woda)   |
|   | K<br>PW | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), kiełbasa szynkowa ( <b>soja</b> ), sałata lodowa, herbata<br>Jabłko  |
| <b>DIETA<br/>ŁATWOSTRAWNA<br/>II</b>  | Ś       | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), dżem, twaróg ( <b>mleko</b> ), zupa mleczna z grysikiem ( <b>mleko, grysik (gluten)</b> ), herbata   |
|   | O       | Udziec drobiowy w sosie (udziec drobiowy, olej, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), przyprawy ( <b>seler</b> )), ziemniaki, marchew duszona (marchew mrożona), kompot (jabłka, woda)  |
|   | K<br>PW | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), kiełbasa szynkowa ( <b>soja</b> ), sałata lodowa, herbata<br>Mus owocowy   |
| <b>DIETA Z<br/>OGRANICZENIEM<br/>LATWO<br/>PRZYSWAJALNYCH<br/>WĘGLOWODANÓW<br/>XI</b> | Ś       | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), sałatka jarzynowa (marchew, ziemniaki, pietruszka, <b>seler</b> , jabłka, <b>jajka</b> , majonez ( <b>jajka, gorczyca</b> ), śmietana ( <b>mleko</b> ), przyprawy), zupa mleczna z grysikiem ( <b>mleko, grysik (gluten)</b> ), herbata   |
|   | II Ś    | Pieczywo pszenne ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), twaróg ( <b>mleko</b> ), <b>O.Dz.</b> jabłko   |
|   | O       | Rosół z makaronem (makaron ( <b>gluten, jajko</b> ), marchew, pietruszka, <b>seler</b> , kości, sól, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy, przyprawa do zup w płynie ( <b>seler</b> )), udziec drobiowy w sosie (udziec drobiowy, olej, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , śmietana ( <b>mleko</b> ), mąka pszenna ( <b>gluten</b> ), przyprawy ( <b>seler</b> )), ziemniaki, surówka z marchewki (marchew, jabłko, olej), kompot (jabłka, woda) |
|   | Podw    | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), szynka gotowana ( <b>soja, mleko</b> )<br><b>O.Dz.</b> jak XI   |
|   | K<br>PW | Pieczywo razowe ( <b>gluten</b> ), margaryna śniadaniowa ( <b>mleko</b> ), kiełbasa szynkowa ( <b>soja</b> ), sałata lodowa, herbata<br>Jabłko   |

Z przyczyn technicznych jadłospis może ulec zmianie, za co serdecznie przepraszamy

**Ś – ŚNIADANIE**

**II Ś – DRUGIE ŚNIADANIE**

**O – ODIAD**

**Podw – PODWIECZOREK**

**K – KOLACJA**

**PW – POSILEK WIECZORNY**