

Jadłospis

Poniedziałek, 03.02.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Kawa zbożowa z gotowanym mlekiem 200 ml Stół szwedzki gr 3 i 4 Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i razowe z pestkami słonecznika) z masłem 15 g Szynka wieprzowa gotowana 8 g Ser biały 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek zielony, kiełki pora, papryka Dżem brzoskwinowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata z owoców sadu 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Melon 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Kotlet pożarski pieczony z podudzia indyka 90 g Marchew mini gotowana 100 g Sałata ze śmietaną jogurtową, rzodkiewką i szczypiorem 90 g Borówka amerykańska 40 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa z ziemniakami i zacierkami z natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Gruszka 30 g Alergeny: 1,3,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Banan 1 szt Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Wtorek, 04.02.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i żytnie z nasionami słonecznika) Masło 15 g Szynka gotowana z piersi indyka 8 g Ser kozi 10 g Dżem agrestowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Dodatki warzywne: sałata karbowana, ogórek kiszony, pomidorek koktajlowy, kiełki rzodkiewki Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Bułeczki drożdżowe z kruszonką 1 szt - wypiek własny Jabłko 50 g Alergeny: 1,3,7,13
Obiad II danie godz.12:00	Makaron spaghetti pszenno-żytni z sosem bolońskim i serem żółtym 250 g (szynka wieprzowa mięso, pomidory duszone, przyprawy włoskie) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Surówka z marchwi 90 g Kiwi 40 g Woda z cytryną 200 ml Alergeny: 1,3,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa szczawiowa z ziemniakami, jajem na twardo 1/4 szt i i Melon 30 g Alergeny: 3,7,9
Podwieczorek godz.15:00	Mandarynka 1 szt Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Środa, 05.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Koktajl na bazie maślanki z bananem, maliną i borówką amerykańską 150 ml Kanapki z pieczywa mieszanego 70 g (pszenne, razowe bułeczki z nasionami) z masłem 15 g Szynka wieprzowa gotowana 8 g Ser żółty 10 g Dodatki warzywne: sałata, kielki pora, zielony ogórek, pomidorek koktajlowy Herbata miętowa 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Banan 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Gołąbki bez zawijania z szynki wieprzowej z białą kapustą 100 g Surówka z porów i jabłek ze śmietaną jogurtową 100 g Mandarynka 40 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Rosół z makaronem nitki i natką pietruszki gotowany na kurczaku sielskim i prędze wołowej 250 ml Owoc szaron 30 g Alergeny: 1,3,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Melon 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Czwartek, 06.02.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Płatki ryżowe gotowane z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i razowe) z masłem 15 g Polędwica sopocka 8 g Ser biały 10 g Dodatki warzywne: sałata karbowana, ogórek kiszony, rzodkiewki, szczypior, kielki lucerny Dżem ananasowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata z rumiankiem 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Pomarańcza 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Pierogi własne z kurczaka sielskiego i pręgi wołowej z warzywami z rosółu i cebulką 4 szt Szpinak zaprawiany śmietaną i jajem 100 g Pomidorek koktajlowy 2 sztuki Banan 50 g Napój z cytryn i pomarańczy 200 ml Alergeny: 1,3,7,9,13
Obiad I danie zupa 14:15	Barszcz ukraiński z natką pietruszki gotowany na maśle 250 ml Melon 30 g Alergeny: 7,9
Podwieczorek godz.15:00	Batonik musli z wiśniami i polewą jogurtową 1 szt Alergeny: 1,5,6,7,8,11,12,13 W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Piątek, 07.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Koktajl z kefirem, malinami, borówką amerykańską i musli 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, żytnie z pestkami słonecznika, bułeczka z nasionami) z masłem 15 g Pasta z szynki wieprzowej ze szczypiorem i zielonym ogórkiem 10 g Twarożek z rzodkiewką i kielkami pora 10 g Herbata wiśniowa 150 ml Alergeny: 1,3,5,6,7,8,12,13
Śniadanie II godz.10:00	Melon 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Ryba miruna 70 g na parze Sałatka jarzynowa 100 g Kalarepa 40 g Owoc szaron 40 g Lemoniada z pomarańczą, cytryną i miętą 200 ml Alergeny: 1,3,4,9,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa pomidorowa z makaronem wstążki i natką pietruszki gotowana na kurczaku sielskim 250 ml Mandarynka 30 g Alergeny: 1,3,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Jabłko 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Poniedziałek, 10.02.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Płatki jęczmienne gotowane z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i żytnie) z masłem 15 g Szynka wieprzowa gotowana 8 g Ser biały 10 g Dodatki warzywne: sałata karbowana, rzodkiewka, papryka, kielki lucerny Dżem z kiwi o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata malinowa 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Banan 1/2 szt Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Pierożki tortellini z ricottą (biały ser) i szpinakiem w sosie koperkowym 250 g Brokuł gotowany 100 g Sałata lodowa z papryką, szczypiorem i śmietaną jogurtową 100 g Melon 40 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Jabłko 30 g Alergeny: 7,9
Podwieczorek godz.15:00	Mandarynka 1 szt Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Wtorek, 11.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Kawa zbożowa gotowana z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i razowe) z masłem 15 g Szyńka z piersi indyka 8 g Ser mozzarella 10 g Dodatki warzywne: sałata karbowana, ogórek kiszony, pomidorek koktajlowy, kiełki lucerny Dżem truskawkowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata z rumiankiem 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Picca wykonana przez dzieci 200 g (Skład: blaty do piccy drożdżowe, sos passata pomidorowa, szynka wieprzowa gotowana, pieczarki, kukurydza, ananas, oliwki, rukola, sos czosnkowy własny, keczap) Alergeny: 1,7,13
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Łosoś pieczony w ziołach 80 g Marchewka z groszkiem 100 g Surówka z selera i jabłek z jogurtem naturalnym 90 g Borówka amerykańska 40 g Woda z cytryną 200 ml Alergeny: 1,4,7,9,13
Obiad I danie zupa 14:15	Krupnik z ziemniakami i natką pietruszki gotowany na maśle 250 ml Pomarańcza 30 g Alergeny: 1,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Banan 1 szt Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Środa, 12.02.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Koktajl na bazie maślanki z borówką amerykańską i płatkami owsianymi 150 ml Pieczywo mieszane 100 g (pszenne, żytnie z pestkami słonecznika) z masłem 15 g Szyńka gotowana wieprzowa 8 g Pasta z łososia i jaj z rzodkiewką i kiełkami 10 g Dodatki: sałata, kiełki pora, rzodkiewka, rukola, ogórek kiszony Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,3,4,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Jabłko 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ryż biały 120 g Pierś z kurczaka z pieczarkami, cebulą 250 g z sosem czosnkowym jogurtowo-ogórkowym 150 ml Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem i oliwą 100 g Gruszka 50 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa fasolowa z ziemniakami i natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Malina 30 g Alergeny: 9
Podwieczorek godz.15:00	Melon 90 g Ciasteczko bez cukru 1 szt Alergeny: 1,13 W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Czwartek, 13.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Kasza manna gotowana z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne i żytnie) z masłem 15 g Polędwica sopocka 8 g Pasta z kaszą jaglaną 10 g Ser żółty 10 g Dodatki warzywne: sałata karbowana, ogórek kiszony, pomidorek koktajlowy, papryka, rukola, kielki lucerny Herbata ziołowa z melisy 150 ml Alergeny: 1,3,6,7,9,13
Śniadanie II godz.10:00	Melon 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Kotlet schabowy pieczony 80 g Buraczki zasmażane 100 g Mizeria ze śmietaną jogurtową i szczypiorem 90 g Banan 50 g Woda z cytryną i miodem 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa kalafiorowa z ryżem i natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Gruszka 40 g Alergeny: 1,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Kremówki z borówką amerykańską 2 szt - wypiek własny Mandarynka 40 g Alergeny: 1,3,7,13 W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Piątek, 14.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 koktajl jogurtowy z musli, maliną i borówką amerykańską 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, żytnie, bułeczka z nasionami) z masłem 15 g Polędwica sopocka 8 g Ser biały 10 g Dodatki warzywne: sałata karbowana, ogórek kiszony, pomidorek koktajlowy, kielki lucerny, szczypior Herbata z wiśniowa 150 ml Alergeny: 1,5,6,7,8,10,11,12,13
Śniadanie II godz.10:00	Banan 1/2 sztuki Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Pizza własna vege 200 g z dodatkami: papryka, pieczarki, kukurydza, cebula, ser żółty, passata pomidorowa Bukiet warzyw gotowane 100 g Pomarańcza 40 g Kalarepa 20 g Kompot truskawkowy 200 ml Alergeny: 1,7,9,13
Obiad I danie zupa 14:15	Kapuśniak z ziemniakami i majerankiem gotowany na mięsie wołowym 250 ml Kiwi 30 g Alergeny: 9
Podwieczorek godz.15:00	Mandarynka 1 sztuka Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Poniedziałek, 17.02.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Kakao z gotowanym mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, żytnie) z masłem 15 g Szynka wieprzowa gotowana 8 g Ser kozi 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek kiszony, rzodkiewka, kielki pora Dżem agrestowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Kisiel wiśniowy własny 150 ml Wafle kukurydziane 1 szt Alergeny: 1,13
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Kotlet mielony pieczony z szynki wieprzowej 80 g Brukselka gotowana 100 g Surówka z pomidorem malinowym, szczypiorem i śmietaną jogurtową 100 g Pomarańcza 50 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Kiwi 30 g Alergeny: 1,3,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Jabłko 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Wtorek, 18.02.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Płatki ryżowe gotowane na mleku 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, razowe) z masłem 15 g Szynka wieprzowa gotowana 8 g Pasta sojowa vege 10 g Dodatki: sałata, ogórek zielony, kielki pora, szczypior, pomidor malinowy Dżem truskawkowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata miętowa 150 ml Alergeny: 1,3,4,6,7,9,13
Śniadanie II godz.10:00	Pomarańcza 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Kasza pęczak 120 g z piersią indyka 70 g w sosie koperkowym Buraczki ćwikłowe 100 g Surówka z kapusty pekińskiej w sosie winegret 90 g Malina 30 g Napój ananasowo cytrynowy 200 ml Alergeny: 1,7,9,13
Obiad I danie zupa 14:15	Barszcz biały z ziemniakami i natką pietruszki gotowany na białej kiełbasce 250 ml Gruszka 30 g Alergeny: 1,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Wafle ryżowe o smaku wiśniowym 1 szt Soczek jabłkowy z rurką 1 szt Alergeny: 1,7,13 W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Środa, 19.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Koktajl z musli, bananem i maliną 200 ml Kanapki z pieczywa mieszanego 70 g (pszenne, razowe z pestkami słonecznika, bułeczka z ziarnami) z masłem 15 g Polędwica sopocka 8 g Pasta z tuńczyka i jaj ze szczypiorem 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek kiszony, pomidorek koktajlowy, kiełki lucerny Herbata ziołowa z melisy 150 ml Alergeny: 1,3,4,5,6,7,8,,9,10,11,12,13
Śniadanie II godz.10:00	Jabłko 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Tortellini (pierożki) z mięsem wołowym 200 g w sosie pomidorowym Kalafior gotowany 100 g Surówka z marchwi ze śmietaną jogurtową 100 g Borówka amerykańska 40 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml (jabłko, wiśnia, czarna porzeczka) Alergeny: 1,3,6,7,9,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa ryżanka z ziemniakami i natką pietruszki gotowana na rosole 250 ml Mandarynka 40 g Alergeny: 1,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Melon 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Czwartek, 20.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Płatki jęczmienne gotowane z mlekiem 200 ml Kanapki z pieczywa mieszanego 70 g (pszenne i razowe) z masłem 15 g Szyńka gotowana wieprzowa 8 g Twarożek waniliowy 10 g Miód lipowy 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek zielony kiełki lucerny Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Kasza manna gotowana z polewą truskawkową 200 ml Alergeny: 1,13
Obiad II danie godz.12:00	Ryż biały 120 g z piersią kurczaka 70 g w ziołach Marchew mini gotowana 100 g Surówka z kiszzonego ogórka ze szczypiorem i oliwą 90 g Gruszka 40 g Woda z cytryną 200 ml Alergeny: 1,6,9,,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa pieczarkowa z ziemniakami i natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Kalarepa 30 g Alergeny: 7,9
Podwieczorek godz.15:00	Banan 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Piątek, 21.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Koktajl na bazie maślanki z borówką amerykańską i bananem 150 ml Kanapki z pieczywa mieszanego (pszenne, żytnie bułeczki z nasionami) 70 g z masłem 15 g Szyńka gotowana z mięsa indyka 8 g Dodatki warzywne: sałata, zielony ogórek kielki lucerny Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem 10 g Herbata z owoców leśnych 150 ml Alergeny: 1,3,7,9,13
Śniadanie II godz.10:00	Picca z passatą pomidorową, mozzarellą i suszonymi pomidorami 100 g Jabłko 40 g Alergeny: 1,7,13
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Ryba miruna na parze w ziołach 80 g Bukiet warzyw gotowany 100 g Surówka z kapusty kiszzonej z jabłek z olejem i kielkami 90 g Melon 50 g Kompot truskawkowy 200 ml Alergeny: 1,4,9,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa jarzynowa z makaronem i natką pietruszki gotowana na rosole 250 ml Kiwi 40 g Alergeny: 1,3,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Mus owocowo warzywny 100 g (jabłko, banan, szpinak, jarmuż, limonka) Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Poniedziałek, 24.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Zdrowy nesqik z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, żytnie) Masło naturalne 15 g Szyńka gotowana wieprzowa 8 g Ser biały 10 g Dodatki warzywne: sałata, rzodkiewka, papryka Dżem z agrestu i kiwi o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata owoce leśne 150 ml Alergeny: 1,5,6,7,8,11,12,13
Śniadanie II godz.10:00	Maliny 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Makaron fale 120 g Pulpety z podudzia indyka 70 g w sosie warzywnym cygańskim (pieczarki, papryka, cebula, przecier pomidorowy) 100 g Surówka z pora i jabłek z oliwą 90 g Melon 40 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa kapuściana z ziemniakami i natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Mandarynka 30 g Alergeny: 9
Podwieczorek godz.15:00	Jabłko 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Wtorek, 25.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Zupa mleczna z makaronem literki 200 ml Kanapki z pieczywa mieszanego 70 g (pszenne i żytnie) z masłem 15 g Szyńka z piersi indyka 8 g, sałata, rzodkiewka, kiełki lucerny Pasztecik sojowy 10 g z zielonym ogórkiem Dżem ananasowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata miętowa 150 ml Alergeny: 1,3,6,7,9,10,13
Śniadanie II godz.10:00	Mandarynka 50 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane 120 g z duszoną polędwicą wołową 60 g w sosie cebulowym Szpinak zaprawiany jajem i śmietaną 100 g Papryka w kawałku 40 g Banan 50 g Napój z cytryną i pomarańczą 200 ml Alergeny: 1,3,7
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki gotowana na kurczaku sielskim 250 ml Kiwi 30 g Alergeny: 1,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Wafle 1 szt Alergeny: 1,5,6,7,8,11,12,13 W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Środa, 26.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Koktajl na bazie jogurtu z malinami i borówką amerykańską 200 ml Kanapki z pieczywa mieszanego 70 g (pszenne i żytnie z pestkami słonecznika, bułeczka ziarnista) z masłem 15 g Szyńka wieprzowa gotowana z sałatą i pomidorkiem koktajlowym 10 g Pasta z awokado i banana 10 g Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Sok z jabłek i selera naciowego 150 ml - własny Ciasteczko bez cukru 1 szt Alergeny: 1,5,6,7,8,9,11,12,13
Obiad II danie godz.12:00	Ryż biały 120 g z tuńczykiem 70 g z warzywami 50 g (pomidor, papryka, groszek zielony) Gotowany brokuł 100 g Surówka z marchwi i jabłek ze śmietaną jogurtową 90 g Gruszka 40 g Kompot z owoców mieszanych 200 ml Alergeny: 1,4,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa z soczewicą i ziemniakami z natką pietruszki gotowana na maśle 250 ml Mandarynka 30 g Alergeny: 7,9
Podwieczorek godz.15:00	Banan 100 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie

Jadłospis

Czwartek, 27.02.2025

Śniadanie I godz.8:30	Stół szwedzki gr 3 i 4 Płatki ryżowe gotowane z mlekiem 200 ml Pieczywo mieszane 70 g (pszenne, żytnie) Masło 15 g Szynka gotowana wieprzowa 8 g Ser mozzarella 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek kiszony, pomidorek koktajlowy, kiełki pora Dżem ananasowy o obniżonej zawartości cukrów pochodzących z owoców 10 g Herbata z owoców sadu 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Tłusty Czwartek Pączki z serem 1 szt Woda z cytryną 150 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad II danie godz.12:00	Ziemniaki gotowane z koperkiem 120 g Kotlet pieczony z piersi indyka w panierce 90 g Buraczki zasmażane 100 g Mizeria ze szczypiorem i śmietaną jogurtową 90 g Pomarańcza 50 g Napój miętowo cytrynowy 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Krupnik z ziemniakami i kaszą wiejską z natką pietruszki gotowany na maśle 250 ml Borówka amerykańska 30 g Alergeny: 1,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Mandarynka 50 g Alergeny: brak W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie
Piątek, 28.02.2025	
Śniadanie I godz.8:30	Kefir z musli 200 ml Pieczywo mieszane (pszenne, razowe, bułeczka z nasionami) 70 g z masłem 15 g Kiełbasa żywiecka 8 g Ser żółty 10 g Dodatki warzywne: sałata, ogórek zielony, kiełki lucerny, rzodkiewka, papryka Herbata czarna 150 ml Alergeny: 1,7,13
Śniadanie II godz.10:00	Pomarańcza 90 g Alergeny: brak
Obiad II danie godz.12:00	Kluski leniwe własne w polewie z masłem i bułeczką tartą 250 g Jarzynka z marchwi 100 g Jabłko 40 g Banan 40 g Kompot wiśniowy 200 ml Alergeny: 1,3,7,13
Obiad I danie zupa 14:15	Zupa porowa z makaronem literki gotowana na maśle 250 ml Melon 30 g Alergeny: 1,3,7,9,13
Podwieczorek godz.15:00	Mufinki z jabłkiem - wypiek własny 1 szt Alergeny: 1,3,7,13 W ciągu dnia do picia woda Diety indywidualne uwzględnione w dzisiejszym jadłospisie