

Jadłospis na 18.12.2023

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: zupa mleczna z mianą 300ml, chleb zw. 100g, chleb raz.50g, masło mix 20g, ser żółty 20g, wędlina 30g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad: zupa selerowa 300ml, kasza z koprem 150g, gulasz z warzywami 90/70g, 100g, kompot 200ml

Kolacja: chleb zw. 90g, chleb raz. 30g, masło mix 20g, sałatka z brokułów 50g, wędlina 2 pl, herbata 250ml

DIETA ŻOŁADKOWO/WĄTROBOWA

Śniadanie: zupa mleczna z mianą 300ml, chleb pasz. 150g, masło mix 20g, szynka 50g, pomidor 50 g, dżem 25g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad: zupa selerowa 300ml, ziemniaki z koprem 100g, gulasz z warzywami 90/70g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb pasz. 120g, masło mix 20g, sałatka z brokułów 50g, wędlina 2 pl, herbata 250ml

DIETA CUKRZYCOWA/NISKOKALORYCZNA

Śniadanie: zupa mleczna z mianą b/c 300ml, chleb raz.50g, chleb raz.30g, masło mix 20g, szynka drobiowa 30g, ser żółty 20g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250ml

Obiad: zupa selerowa 300ml, kasza z koprem 150g, gulasz z warzywami 90/70g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.30g, chleb zw.50g, masło mix 10g, sałatka z brokułów 50g, wędlina drobiowa 2 pl, herbata b/c 250ml

DIETA CUKRZYCOWA INSULINOWA

Śniadanie: zupa mleczna z mianą b/c 300ml, chleb zw. 80g, chleb raz.50g, masło mix 20g, szynka drobiowa 50g, ser żółty 30g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250ml

Obiad: zupa selerowa 300ml, kasza z koprem 150g, gulasz z warzywami 90/70g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80g, chleb raz.50g, masło mix 20g, sałatka z brokułów 50g, wędlina drobiowa 2 pl, ser biały 30g, herbata b/c 250ml

KLEIK – kleik z ryżu, suchary 60g, herbata 250ml /300 kcal

VIS – II śniadanie jabłko

VIS - podwieczorek jogurt

Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis na 19.12.2023

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: zupa mleczna z ryżem 300ml, chleb zw. 100g, chleb raz50g, masło mix 20g, ser biały ze szczypiorkiem 50g, ogórek 50 g, dżem 25g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad: zupa wiedeńska 300ml, ziemniaki z koperkiem 100g, kotlet mielony z ryżem w sosie 90/60, brokuł got. 100g kompot 200ml

Kolacja: chleb zw. 90g, chleb raz. 30G, masło mix 20g, szynka 50g, herbata 250ml

DIETA ŻOŁADKOWO/WATROBOWA

Śniadanie: zupa mleczna z ryżem 300ml, chleb pasz. 150G, masło mix 20g, ser biały 50g, ogórek 50 g, dżem 25g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad: zupa wiedeńska 300ml, ziemniaki z koperkiem 100g, kotlet mielony z ryżem w sosie 90/60g, brokuł got. 100 g, kompot 200ml

Kolacja: chleb pasz. 120G, masło mix 10g, szynka 50g, herbata 250ml

DIETA CUKRZYCOWA/NISKOKALORYCZNA

Śniadanie: zupa mleczna z ryżem b/c 300ml, chleb raz.80G, masło mix 20g, ser biały ze szczypiorkiem 60g, ogórek 50 g, kawa z mlekiem b/c 250ml

Obiad: zupa wiedeńska 300ml, ziemniaki z koperkiem 100g, kotlet drobiowy w sosie 90/60g, brokuł got. 100g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80g, masło mix 10g, szynka drobiowa 50g, herbata b/c 250ml

DIETA CUKRZYCOWA INSULINOWA

Śniadanie: zupa mleczna z ryżem b/c 300ml, chleb zw. 80g, chleb raz.50gG, masło mix 20g, ser biały ze szczypiorkiem 60g, wędlina drobiowa 30g, ogórek 50 g, kawa z mlekiem b/c250ml

Obiad:: zupa wiedeńska 300ml, ziemniaki z koperkiem 100g, kotlet drobiowy w sosie 90 /60g, brokuł got. 100g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80G, chleb raz.50G, masło mix 20g, szynka drobiowa 50g, ser topiony 30g, herbata b/c 250ml

KLEIK – kleik z ryżu, suchary 60g, herbata 250ml /300 kcal

VIS – II śniadanie wafle ryżowe

VIS - podwieczorek jogurt

Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis na 20.12.2023

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: zupa mleczna z makaronem 300ml, chleb zw. 100g, chleb raz.500g, masło mix 20g,szynka 50 g, sałata 20 g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad: zupa biały barszcz 300ml, ziemniaki z koperkiem 100g, filet drobiowy pieczony 100g, surówka z marchewki 100g, kompot 200ml

Kolacja: chleb zw. 90g, chleb raz. 30g, masło mix 20g,pasta z wędliny 70g, herbata 250ml

DIETA ŻOŁADKOWO/WATROBOWA

Śniadanie: zupa mleczna z makaronem 300ml, chleb pasz. 150G, masło mix 20g,szynka 50 g, sałata 20 g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad: zupa biały barszcz 300ml, ziemniaki z koperkiem 100g, filet pieczony we folii 100g, kalafior 100, kompot 200ml

Kolacja: chleb pasz. 120g, masło mix 10g, pasta z wędliny 70g,herbata 250ml

DIETA CUKRZYCOWA/NISKOKALORYCZNA

Śniadanie: zupa mleczna z makaronem b/c 300ml, chleb raz.80g, masło mix 20g, szynka z drobiu 50g, sałata 20 g, kawa z mlekiem b/c 250ml

Obiad: zupa biały barszcz 300ml, ziemniaki z koperkiem 100g, filet pieczony we folii 100g , kalafior 80g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80g, masło mix 10g, pasta z wędliny drobiowa 70g, herbata b/c 250ml

DIETA CUKRZYCOWA INSULINOWA

Śniadanie: zupa mleczna z makaronem b/c 300ml, chleb zw. 80g, chleb raz.50G, masło mix 20g,szynka z drobiu 50g, pasztet z drobiu 30g, sałata 20 g, kawa z mlekiem b/c250ml

Obiad: zupa biały barszcz 300ml, ziemniaki z koperkiem 150g, filet pieczony we folii 100g, kalafior 100g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80g, chleb raz.50g, masło mix 20g, pasta z wędliny drobiowa 70g , wędlina z drobiu 30g, herbata b/c 250ml

KLEIK – kleik z ryżu, suchary 60g, herbata 250ml /300 kcal

VIS – II śniadanie jogurt

VIS - podwieczorek ciasto bez cukru

Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis na 21.12.2023

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie : zupa ml. z mianą 300ml , chleb zw. 100g ,chleb raz.50g, masło mix 20g , pasztet 50g, kakao 250ml

Obiad : zupa ogórkowa 300ml, makaron z pietruszką 150g,klops mięsny w sosie szarym 90/70g,buraczki zasmażane 100g,kompot 200ml

Kolacja : chleb zw. 100g, chleb raz. 50g,masło mix 20g,kura w galarecie 60g , herbata 250ml

DIETA ŻOŁĄDKOWO/WĄTROBOWA

Śniadanie : zupa ml. z mianą 300ml , chleb psz. 150g, masło mix 20g, szynka 50g, dżem 25g,kawa z mlekiem 250ml

Obiad : zupa ogórkowa 300ml , makaron z pietruszką 150g,klops mięsny w sosie szarym 90/70g,buraczki oprószone 100g, kompot 200ml

Kolacja: chleb psz. 150g, masło mix 20g, kura w galarecie 60g,herbata 250ml

DIETA CUKRZYCOWA/NISKOKALORYCZNA

Śniadanie : zupa ml. z mianą b/c 300ml, chleb raz.80g, masło mix 20g, szynka z drobiu 50g, kawa z mlekiem b/c 250ml

Obiad : zupa ogórkowa 300ml, makaron z pietruszką 150g, filet w sosie szarym 90/70g,buraczki oprószone 100g, kompot b/c 200ml

Kolacja : chleb raz.80g,masło mix 10g, kura w galarecie 60g, herbata b/c 250ml

DIETA CUKRZYCOWA INSULINOWA

Śniadanie : zupa ml. z mianą b/c 300ml, chleb zw. 80g, chleb raz.50g, masło mix 20g, szynka z drobiu 50g,ser żółty 30g,kawa z mlekiem b/c250ml

Obiad : : zupa ogórkowa 300ml, makaron z pietruszką 150g, filet w sosie szarym 90/70g,buraczki oprószone 100g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80g,chleb raz.50g,masło mix 20g, kura w galarecie 60g, jajko 25g,herbata b/c 250ml

KLEIK – kleik z ryżu, suchary 60g, herbata 250ml /300 kcal

VIS – II śniadanie jogurt

VIS - podwieczorek kanapka

Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis na 22.12.2023

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie : zupa ml. z ryżem 300ml , chleb zw. 100g ,chleb raz.50g, masło mix 20g , szynka 50g,dżem 25g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad : zupa brokułowa 300ml, knedle z mięsem 5 szt. , napój 200ml

Kolacja : chleb zw. 100g, chleb raz. 50g,masło mix 20g,pasta z jaj z zielenią 70g, herbata 250ml; jabłko 30g

DIETA ŻOŁĄDKOWO/WĄTROBOWA

Śniadanie : zupa ml. z ryżem 300ml , chleb psz. 150g, masło mix 20g, szynka 50g, dżem 25g,kawa z mlekiem 250ml

Obiad : zupa brokułowa 300ml , knedle z mięsem 5 szt , napój 200ml

Kolacja: chleb psz. 150g, masło mix 20g,pasta z jaj z zielenią 70g,herbata 250ml

DIETA CUKRZYCOWA/NISKOKALORYCZNA

Śniadanie : zupa ml. z mianą b/c 300ml, chleb raz.80g, masło mix 20g, szynka z drobiu 50g, kawa z mlekiem b/c 250ml

Obiad : zupa brokułowa 300ml, ziemniaki z koperkiem 100 g, filet 100 g , sałata 100g ,napój b/c 200ml

Kolacja : chleb raz.80g,masło mix 10g, pasta z jaj z zielenią 70g, herbata b/c 250ml

DIETA CUKRZYCOWA INSULINOWA

Śniadanie : zupa ml. z ryżem b/c 300ml, chleb zw. 80g, chleb raz.50g, masło mix 20g, wędlina z drobiu 50g, pasztet z drobiu 30g,kawa z mlekiem b/c250ml

Obiad : : zupa brokułowa 300ml, ziemniaki z koperkiem, filet 100 sałata 100g ,napój b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80g,chleb raz.50g,masło mix 20g, pasta z jaj z zielenią 70g, wędlina z drobiu 30g,herbata b/c 250ml

KLEIK – kleik z ryżu, suchary 60g, herbata 250ml /300 kcal

VIS – II śniadanie wafle ryżowe

VIS - podwieczorek jabłko

Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

Jadłospis na 23.12.2023

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: zupa mleczna z makaronem 300ml, chleb zw. 100g, chleb raz.50g, masło mix 20g,szynka drobiowa 50g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad: zupa szczawiowa 300ml, ziemniaki z koperkiem 100g, kotlet wiosenny 90, warzywa królewskie 100g, kompot 200ml

Kolacja: chleb zw. 90g, chleb raz. 30g, masło mix 20g,wędlina 50g, herbata 250ml

DIETA ŻOŁĄDKOWO/WĄTROBOWA

Śniadanie: zupa mleczna z makaronem 300ml, chleb psz. 150G, masło mix 20g,szynka 50g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad: zupa szczawiowa (niskotłuszczowa) 300ml, ziemniaki z koperkiem 100g, kotlet wiosenny 90g, warzywa królewskie 100, kompot 200ml

Kolacja: chleb psz. 120g, masło mix 10g, szynka 50g,herbata 250ml

DIETA CUKRZYCOWA/NISKOKALORYCZNA

Śniadanie: zupa mleczna z makaronem b/c 300ml, chleb raz.80g, masło mix 20g, szynka z drobiu 50g, kawa z mlekiem b/c 250ml

Obiad: zupa szczawiowa 300ml, ziemniaki z koperkiem 100g, filet 90g., sałata 80g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80g, masło mix 10g, szynka z drobiu 50g, herbata b/c 250ml

DIETA CUKRZYCOWA INSULINOWA

Śniadanie: zupa mleczna z makaronem b/c 300ml, chleb zw. 80g, chleb raz.50G, masło mix 20g,szynka z drobiu 50g, pasztet z drobiu 30g, kawa z mlekiem b/c250ml

Obiad: zupa szczawiowa 300ml, ziemniaki z koperkiem 150g, filet 90g., sałata 100g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80g, chleb raz.50g, masło mix 20g, szynka z drobiu 50g, wędlina z drobiu 30g, herbata b/c 250ml

KLEIK – kleik z ryżu, suchary 60g, herbata 250ml /300 kcal

VIS – II śniadanie jogurt

VIS - podwieczorek ciasto bez cukru

Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: zupa mleczna z ryżem 350ml, chleb zw. 100g, chleb raz50g, masło mix 20g, ser biały 70g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad: zupa barszcz czerwony 350ml, ziemniaki z koperkiem 200g, ryba smażona 90 g, kapusta z grochem 80g, kompot 200ml

Kolacja: chleb zw. 90g, chleb raz. 30G, masło mix 20g, ryba w galarecie 70 g, herbata 250ml

DIETA ŻOŁĄDKOWO/WATROBOWA

Śniadanie: zupa mleczna z ryżem 350ml, chleb pasz. 150G, masło mix 20g, ser biały 70g, kawa z mlekiem 250ml

Obiad: zupa barszcz czerwony 350ml, ziemniaki z koperkiem 200g, ryba w warzywach 100g, kompot 200ml

Kolacja: chleb pasz. 120G, masło mix 10g, ryba w galarecie 70g, herbata 250ml

DIETA CUKRZYCOWA/NISKOKALORYCZNA

Śniadanie: zupa mleczna z ryżem b/c 350ml, chleb raz.80G, masło mix 20g, ser biały 70g, kawa z mlekiem b/c 250ml

Obiad: zupa barszcz czerwony 350ml, ziemniaki z koperkiem 150g, ryba w warzywach 100g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80g, masło mix 10g, ryba w galarecie 70g, herbata b/c 250ml

DIETA CUKRZYCOWA INSULINOWA

Śniadanie: zupa mleczna z ryżem b/c 350ml, chleb zw. 80g, chleb raz.50gG, masło mix 20g, ser biały 70g, ser żółty 30g, kawa z mlekiem b/c250ml

Obiad:: zupa barszcz czerwony 350ml, ziemniaki z koperkiem 200g, ryba w warzywach 100g, kompot b/c 200ml

Kolacja: chleb raz.80G, chleb raz.50G, masło mix 20g, ryba w galarecie 70g, ser topiony 30g, herbata b/c 250ml

KLEIK – kleik z ryżu, suchary 60g, herbata 250ml /300 kcal

VIS – II śniadanie wafle ryżowe

VIS - podwieczorek jogurt