

JADŁOSPIS DEKADOWY 27XI2023-03XII2023 Dieta podstawowa-DP, Dieta lekkostrawna-DL

Data	I śniadanie	Obiad	Kolacja + Posiłek nocny
27.11.2023 poniedz.	Kasza kukurydziana na mleku 300ml(7), masło 15g(7), chleb żytni mieszany-100g (1) kawa mleczna(7) słodzona 250ml , twaróg 80g, (7), dżem owocowy 25g, sok pomidorowy(300ml)	Zupa jarzynowa 300ml (1,7,9,) Pulpet 100g w sosie koperkowym 120ml – gotowanie (1,9,7) , ryż na sypko(200g), surówka z marchewki 120g (7), Kompot owocowy słodzony 250ml(jabłko 50g, aronia 30g), gruszka 200g	Filet z piersi kurczaka 50g(1,6,7), sałata zielona(60g), masło 15g (7) , chleb razowy 120g (1) , herbata czarna słodzona 250ml
28.11.2023 wtorek	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), polędwica sopocka drobiowa 40g(1,6), masło 15g (7), herbata słodzona 250ml , serek topiony 40g(7), chleb żytni mieszany 100g (1)	Zupa kalafiorowa z mianą 300ml (1,9) , Bryzol 100g ze schabu w sosie własnym- duszenie (1,7,9) ziemniaki 200g, buraczki zasmażane 120g(1,7) , Kompot owocowy słodzony 250ml(jabłko 50g, aronia 30g), jabłko 150g	Szynka góralska 50g (1,6) , masło 15g (7) , sałatka z ryżem i papryką 120g(7), chleb razowy 120g (1), herbata czarna słodzona 250ml
29.11.2023 środa	Ryż na mleku 300ml (1,7), kiełbasa krakowska 40g(6), ser żółty 40g(7), masło 15g (7) , chleb żytni mieszany 100g (1), herbata słodzona 250ml , jogurt owocowy 150g(7)	Krupnik jęczmienny 300ml(1,9), DP- Filet drobiowy 120g(smażenie) (1,3) DL- Filet drobiowy gotowany(parowanie), ziemniaki 200g, marchewka mini oprószana 120g(1,7) Kompot owocowy słodzony 250ml(jabłko 50g, aronia 30g), kiwi 100g	Szynka Tyrolska 50g (6,7) , masło 15g (7), sałatka grecka z jogurtem(7) 120g, chleb razowy 120g (1), herbata czarna słodzona 250ml
30.11.2023 czwartek	Kasza manna na mleku 300ml (1,7), baton z kurczaka 40g(1,6,7), serek wiejski 220g(7), masło 15g(7), pomidor 150g , sałata zielona 30g, chleb żytni mieszany 100g(1), herbata czarna słodzona 250ml	Zupa warzywna z zacierką 300ml(1,3,9), Udziec drobiowy z pieca 150g- pieczenie z parowaniem, ziemniaki 200g, surówka z selera 120g(9,7), brokuły gotowane 100g(1,7) Kompot owocowy słodzony 250ml(jabłko 50g, aronia 30g)	Klops domowy 40g (1,3,7), szynka biała 40g(6,7), masło 15g (7), ogórek zielony 100g, , chleb razowy 120g (1), herbata słodzona 250ml , sok pomidorowy (300ml)
01.12.2023 piątek	Makaron na mleku 300ml (1,3,7) , polędwica miodowa 40g(6,9) , masło 15g (7), ser biały 80g(7), chleb razowy 100g (1), herbata słodzona 250ml, rzodkiewka 80g	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml(1,3,9), Dorsz duszony z warzywami 120g- (duszenie), mieszanka warzywna 7-składnikowa 100g(9), ziemniaki 200g, surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym -120g, Kompot owocowy słodzony 250ml(jabłko 50g, aronia 30g)	Schab Benedykta 50g (1,6) , paszтет drobiowy 60g(1,9), masło 15g (7), pomidor 100g, chleb razowy 120g (1), herbata słodzona 250ml , jogurt owocowy 150g(7)
02.12.2023 sobota	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7) , filet faszerowany indykiem 50g(6,7,9), masło 15g (7), sałata zielona 50g , chleb żytni mieszany 100g (1) , herbata słodzona 250ml	Barszcz czerwony 300ml(1,9) , sos mięsny wieprzowy -duszenie 150ml(1,9), makaron razowy 200g(1,3), surówka z ogórka korniszona z olejem rzepakowym 120g, Kompot owocowy słodzony 250ml(jabłko 50g, aronia 30g)	Szynka drobiowa 40g(1,6), kiełbasa żywiecka 40g(1,6), masło 15g(7), herbata czarna słodzona 250ml, jabłko 150g
03.12.2023 niedziela	Szynka konserwowa 50g (1,6,9), ser żółty 40g(7), masło 15g (7), chleb mieszany 120g (1), herbata słodzona 250ml, banan 200g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml(1,7,9) , Pieczeń ze schabu 100g w sosie własnym (pieczenie z parowaniem)(1,9), Ziemniaki 200g, fasolka szparagowa gotowana 120g(1,7), Kompot owocowy słodzony 250ml(jabłko 50g, aronia 30g)	Szynka z piersi indyka 40g(9,6), kiełbasa szynkowa drobiowa 40g, masło 15g (7), papryka świeża czerw. 150g , chleb razowy 120g (1), herbata czarna słodzona 250ml, jogurt naturalny 150g(7)

W nawiasie cyfrą podane są alergeny.