

# Luty 01.02.2025 r.- 10.02.2025 r.

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

LISTA ALERGENÓW

[Jadłospis 01.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 02.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 03.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 04.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 05.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 06.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 07.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 08.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 09.02.2025 r.](#)

[Jadłospis 10.02.2025 r.](#)

|                                                                                                                            |                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poniedziałek 10.02.2025 r.                                                                                                 |                                                                                                                     |
|                                         |                                 |
| Sniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                         | Obiad - dieta podstawowa                                                                                            |
| Jogurt naturalny<br>Chleb razowy żytni z masłem, jajka, pomidor, szynkowa dębowa drobiowa, sałata lodowa<br>Herbata czarna | Barszcz czerwony z ziemniakami<br>Kasza gryczana z potrawką drobiową i surówką z kapusty kiszzonej z olejem<br>Woda |
| Piątek 07.02.2025 r.                                                                                                       |                                                                                                                     |



Śniadanie - dieta podstawowa

Jogurt naturalny  
Chleb graham z masłem, pasta twarogowo-jajeczna z koperkiem, ogórek kiszony i salata lodowa  
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa szpinakowa z zacierką  
Mintaj na parze z ziemniakami i brokulem gotowanym z olejem  
Woda

Czwartek 06.02.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Kefir  
Bułka weka z masłem, szynka drobiowa, pomidor, salata lodowa  
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa z zielonym groszkiem  
Wątróbka drobiowa duszona w sosie z kaszą jęczmienną perłową i surówką z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym  
Woda

Środa 05.02.2025 r.

|                                                                                                                          |                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                         |                                                                     |
| Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                       | Obiad - dieta podstawowa                                                                                                                              |
| Maślanka<br>Chleb razowy żytni z masłem, filet zapiekany, rzodkiewka, papryka, sałata lodowa<br>Herbata czarna bez cukru | Zupa dyniowa z ryżem<br>Kotlet z fasoli na parze z ziemniakami gotowanymi, sosem koperkowym i surówką z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym<br>Woda |

Wtorek 04.02.2025 r.

|                                                                                                          |                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                      |
| Śniadanie - dieta podstawowa                                                                             | Obiad - dieta łatwostrawna                                                                              |
| Jogurt naturalny<br>Chleb graham z masłem, twaróg z koperkiem, rzodkiew, sałata lodowa<br>Herbata czarna | Krupnik kukurydziany<br>Makaron z sosem pomidorowym, mięsem drobiowym i włoszczyzną oraz jabłko<br>Woda |

Poniedziałek 03.02.2025 r.

|                                                                                     |                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|

## Dolnośląski Szpital Specjalistyczny im. T. Marciniaka - Centrum Medycyny Ratunkowej

| Śniadanie - dieta łatwostrawna                                                      | Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kefir<br>Bulka weka z masłem, pasta z jaj, pomidor, sałata lodowa<br>Herbata czarna | Zupa kalafiorowa<br>Pulpet drobiowy na parze z ryżem brązowym gotowanym, sosem pietruszkowym oraz sałatką z buraczków z olejem rzepakowym<br>Woda |