Marzec 01.03.2025 r. - 10.03.2025 r.

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

LISTA ALERGENÓW

Jadłospis 01.03.2025 r. - 10.03.2025 r.

Poniedziałek 10.03.2025 r.	
Śniadanie - dieta podstawowa	Obiad - dieta łatwostrawna
Maślanka Chleb graham z masłem, jajka, papryka, sałata lodowa oraz mix orzechów z żurawiną Herbata czarna	Zupa kalafiorowa z ryżem Leczo pomidorowe z cukinią, włoszczyzną, olejem rzepakowym i kaszą jęczmienną perłową oraz mandarynka Woda
Piątek 07.03.2025 r.	
Śniadanie - dieta łatwostrawna	Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Maślanka Bułka weka z masłem, szynka delikatesowa, marchew mini gotowana i sałata lodowa Herbata czarna	Zupa szpinakowa z kaszą manną Mintaj na parze z kaszą bulgur, sosem koperkowym, sałatką z buraczków z olejem rzepakowym Woda
Czwartek 06.03.2025 r.	
Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Obiad - dieta podstawowa
Jogurt naturalny Chleb razowy żytni z masłem, jajka, filet kruchy, pomidor, sałata lodowa Herbata czarna bez cukru	Żurek z ziemniakami Wątróbka drobiowa duszona w sosie z ryżem brązowym i surówką z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym Woda
Środa 05.03.2025 r.	
Śniadanie - dieta podstawowa	Obiad - dieta łatwostrawna
Kefir Chleb graham z masłem, twarożek, papryka, sałata lodowa oraz dżem truskawkowy Herbata czarna	Zupa jarzynowa z ziemniakami Makaron z jabłkami prażonymi i jogurtem Woda
Wtorek 04.03.2025 r.	

Śniadanie - dieta łatwostrawna	Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Maślanka Bułka weka z masłem, szynka delikatesowa, marchew mini gotowana, sałata lodowa Herbata czarna	Zupa pieczarkowa z makaronem Pieczeń rzymska drobiowa z sosem pietruszkowym, ziemniakami gotowanymi oraz surówką z kapusty kiszonej z marchewką i olejem Woda
Poniedziałek 03.03.2025 r.	
Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Obiad - dieta podstawowa
Jogurt naturalny Chleb razowy żytni z masłem, szynka drobiowa, pomidor, papryka, sałata lodowa Herbata czarna bez cukru	Zupa pomidorowa z ryżem Potrawka drobiowa z kaszą jęczmienną perłową oraz surówką z marchwi i selera z olejem rzepakowym Woda