

Marzec 11.03.2025 r. - 20.03.2025 r.

Zapraszamy do zapoznania się z jadłospisami na 2. dekadę marca i zdjęciami przygotowanych posiłków.

LISTA ALERGENÓW

Jadłospis 11.03.2025 r. - 20.03.2025 r.

Czwartek 20.03.2025 r.	
	
Śniadanie - dieta łatwostrawna	Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Kefir Bułka weka z masłem, szynką delikatesową, marchew mini gotowana i sałata lodowa Herbata czarna	Zupa ogórkowa z ziemniakami Kasza jęczmienna perłowa z wątróbką drobiową duszoną w sosie, surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym Woda
Środa 19.03.2025 r.	
	
Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Obiad - dieta podstawowa

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

Jogurt naturalny Chleb razowy żytni z masłem, twaróg z koperkiem, szynkowa dębowa drobiowa, pomidor i sałata lodowa Herbata czarna bez cukru		Zupa pieczarkowa z ziemniakami Makaron razowy z leczo pomidorowym z soczewicą, cukinią, włoszczyzną, olejem rzepakowym oraz jabłko Woda	
Wtorek 18.03.2025 r.			
			
Śniadanie - dieta podstawowa		Obiad - dieta łatwostrawna	
Maślanka Chleb graham z masłem, jajka, papryka, sałata lodowa Herbata czarna		Zupa kalafiorowa Pieczeń rzymska drobiowa w sosie z ziemniakami gotowanymi i cukinią gotowaną Woda	
Poniedziałek 17.03.2025 r.			
			
Śniadanie - dieta łatwostrawna		Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Kefir Bułka weka z masłem, filet zapiekany, pomidor, sałata lodowa Herbata czarna		Zupa z ciecierzycą Ryż brązowy z warzywami w sosie sojowym po chińsku oraz mandarynka Woda	

Piątek 14.03.2025 r.	
----------------------	--



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kefir
Chleb razowy żytni z masłem, jajka, filet kruchy, ogórek kiszony, sałata lodowa
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zupa dyniowa z kaszą kukurydzianą
Mintaj smażony z ziemniakami gotowanymi oraz surówką z kapusty kiszonej z marchewką i olejem
Woda

Czwartek 13.03.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maślanka
Chleb graham z masłem, szynka premium konserwowa, pomidor, sałata lodowa oraz mix orzechów z żurawiną
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa grysikowa z włoszczyzną
Filet z kurczaka gotowany z sosem jarzynowym, ziemniakami gotowanymi i sałatka z buraczków z olejem rzepakowym
Woda

Środa 12.03.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny
Bułka weka z masłem, twaróg, dżem brzoskwiniowy, sałata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kapuśniak z białej kapusty
Makaron razowy z fasolką po bretońsku z włoszczyzną oraz mandarynka
Woda

Wtorek 11.03.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kefir
Chleb razowy żytni z masłem, szynka
delikatesowa, pomidor, sałata lodowa, rzodkiew
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Barszcz czerwony z ziemniakami
Stek wieprzowy smażony z cebulką, ziemniaki gotowane oraz surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym
Woda