

Maj 01.05.2025 r. - 10.05.2025 r.

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

[LISTA ALERGENÓW](#)

[Jadłospis 1-10.05.2025 r.](#)

Piątek 09.05.2025 r.	
	
Śniadanie - dieta łatwostrawna	Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Jogurt naturalny Bulka weka z masłem, pasta z jaj, pomidor, sałata lodowa Herbata czarna	Barszcz czerwony z ziemniakami Mintaj na parze z kaszą bulgur gotowaną i surówką z kapusty kiszzonej z marchewką Woda
Czwartek 08.05.2025 r.	



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kefir
Chleb razowy żytni z masłem, hummus naturalny, filet kruchy, pomidor, sałata lodowa
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zupa z fasolki szparagowej
Wątróbka drobiowa duszona w sosie
z kaszą gryczaną gotowaną i surówką z selera i brzoskwini
Woda

Środa 07.05.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maślanka
Chleb graham z masłem, schabowa kanapkowa, ogórek, sałata lodowa oraz mix orzechów z żurawiną
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa dyniowa
Kotlet z kalafiora na parze z ziemniakami gotowanymi, sosem koperkowym i buraczkami na ciepło
Woda

Wtorek 06.05.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny
Bułka weka z masłem, twaróg z koperkiem, pomidor, sałata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kapuśniak z białej kapusty
Makaron razowy z sosem pomidorowym z mięsem drobiowym i włoszczyzną oraz mandarynka
Woda

Poniedziałek 05.05.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kefir
Chleb razowy żytni z masłem, jajka, rzodkiewka, brokuł na parze, sałata lodowa
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zupa koperkowa z ziemniakami
Potrawka drobiowa z gotowanym ryżem brązowym i surówką z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym
Woda