

Czerwiec 01.06.2025 r. - 10.06.2025 r.

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

LISTA ALERGENÓW

Jadłospis 1-10.06.2025 r.

Wtorek 10.06.2025 r.	
	
Sniadanie - dieta łatwostrawna Kefir Bułka weka z masłem, twarógzek, jabłko, sałata lodowa Herbata czarna	Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Barszcz czerwony z ziemniakami Klops w sosie pomidorowym z kaszą jęczmienną perłową i surówką z kapusty kiszonej z marchewką i olejem Woda
Poniedziałek 09.06.2025 r.	
	
Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Maślanka Chleb razowy żytni z masłem, jajka, filet kruchy, papryka, sałata lodowa Herbata czarna bez cukru	Obiad - dieta podstawowa Zupa kalafiorowa z ryżem Leczo pomidorowe z soczewicą, cukinią, włoszczyzną, olejem rzepakowym i makaronem gotowanym oraz arbuza Woda

Piątek 06.06.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maślanka
Chleb graham z masłem, pasztet drobiowy zapiekany, rzodkiewka, sałata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Barszcz czerwony z ziemniakami
Mintaj na parze z ziemniakami gotowanymi, sosem koperkowym i szpinakiem gotowanym
Woda

Czwartek 05.06.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny
Bułka weka z masłem, pasta z jaj, pomidor, sałata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

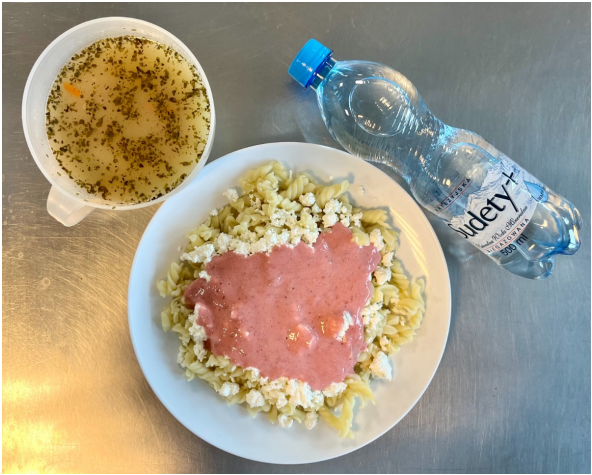
Zurek z ziemniakami
Potrawka drobiowa z ryżem brązowym gotowanym i surówką z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym
Woda

Środa 04.06.2025 r.



Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kefir
Chleb razowy żytni z masłem, szynka drobiowa, ogórek, pomidor, sałata lodowa
Herbata czarna bez cukru



Obiad - dieta podstawowa

Zupa fasolowa
Makaron z serem i sosem jogurtowo-truskawkowym
Woda

Wtorek 03.06.2025 r.



Śniadanie - dieta podstawowa

Maslanka
Chleb graham z masłem, hummus naturalny, pomidor, sałata lodowa
Herbata czarna



Obiad - dieta łatwostrawna

Zupa dyniowa
Wątróbka drobiowa duszona w sosie kukurydzianym z ziemniakami i szpinakiem gotowanym
Woda

Poniedziałek 02.06.2025 r.



Śniadanie - dieta łatwostrawna

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



Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Zupa pomidorowa z makaronem
Ryż brązowy z soczewicą w sosie sojowym po chińsku oraz mandarynka
Woda