

Jadłospis dekadowy od dnia 21.12.2019 r. do 30.12.2019 r.

Data	Śniadanie	g	II Śniadanie Dzieci	Obiad	g	Podwieczorek Dzieci	Kolacja	g
21.12.19 r. SOBOTA	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Pasztecik dr /ogórek kisz /80 D : Bułka paryska /1/ Wędlina dr / pomidor /70	250 100 15 80 100 70	Owoce	Zupa brokułowa /1,7,9/ Kasza jęczmienna /1/ Gulasz mięsno-jarzynowy /1,9/ Jabłko	350 200 250	Serek homo /7/	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Jajko / pomidor /3/ D : Bułka paryska/1/ V : Szynka got	250 100 15 2 szt 100 70
22.12.19 r. NIEDZIELA	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Parówka/musztard/ /10 D : Bułka paryska /1/ Śląska dr /100	250 100 15 100 100 100	Sok warzywny	Zupa wiejska /1,3,7,9/ Ziemniaki Pieczeń z łopatką Salata ze śmietaną	350 200 60/100 1/8 szt	Jogurt naturalny /7/	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Ser top/ogórek św/7 D : Bułka paryska/1/ Twaróg/pomidor /7	250 100 15 50 100 80
23.12.19 r. PONIEDZIAŁEK	Ryż na ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Szynkowa /papryka /70 D : Bułka paryska /1/ Pomidor /100	350 100 15 70 100	Owoce	Zupa ziemniaczana z konc.pom /1,7,9/ Ziemniaki Kotlet mielony /1,3/ Fasolka szparagowa D : Pulpet w sosie /1,3/	350 200 80 100 80/100	Serek grani /7/	Kawa ml. /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Pasta z boczku /ogórek kiszony D:Bułka paryska/1/ Wędlina dr/pomido /70	250 100 15 80 100 70
24.12.19 r. WTOREK WIGILIA	Płatki owsiane na ml /1,7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Twaróg/ogórek św /7/80 D : Bułka paryska /1/ Pomidor /100	350 100 15 80 100	Pieczyste ryżowe	Krupnik zabieleny /1,7,9/ Chleb /1/ D : Bułka paryska /1/	350 100 100	Kolacja dieta lekka D : Bułka paryska 100g Ryba w sosie greckim 250g Pierogi ruskie 3 sztuki	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Barszcz czerwony 350 Ryba smażona /1,4/ 70 Śledź w oleju /4/ 80/60 Kluski z makiem/1/ 200 Kapusta z grochem 100	250 100 15 350 70 80/60 200 100
25.12.19 r ŚRODA I DZIEŃ ŚWIĄT	Kakao /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Kiełbasa biała /ćwikła /100 Ciasto /100 D : Bułka paryska /1/ Śląska dr /100	250 100 15 100 100 100 100	Owoce	Rosół z makaronem /1,3,9/ Ziemniaki Kurczak gotowany /1/ Salata ze śmietaną /7/	350 200 150/100 1/8szt	Jogurt naturalny /7/	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Polędwica sopočka / satata	250 100 15 70

STANOWISKO WYŻYTK

20.12.19
Jadłospis

26.12.19 r CZWARTEK II DZIEŃ ŚWIĄT	Kakao /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Kiełbasa śląska/ćwikła Ciasto D : Bułka paryska /1/ V : Serdelki dr	250 100 15 100 100 100 100	Owoce	Zupa pomidorowa z ryżem /7,9/ Ziemniaki Pieczeń z karkówki /1/ Surówka wielowarzywna/7,9,10/ D : Pieczeń z łopatki /1/	350 200 60/100 100 60/100	Set grani /7	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Szynkowa /ogórek świeży D : Bułka paryska/1/ Pomidor	250 100 15 70 100
27.12.19 r. PIĄTEK	Makaron na ml /1,3,7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Jajko / papryka /3/ D : Bułka paryska /1/ V : Szynka got Pomidor	350 100 15 2 szt 100 70	Sok pomidorowy	Zupa jarzynowa /1,7,9/ Ziemniaki Śledź w śmietanie /4,7/ D : Ryba w sosie greckim /1,4,9/ Jabłko	350 200 80/60 250	Owoce	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Krakowska / pomidor D : Bułka paryska/1/ Szynkowa z indyka	250 100 15 70 100 70
28.12.19 SOBOTA	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Piwna / pomidor D : Bułka paryska /1/ Połudwica dr	250 100 15 70 100 70	Owoce	Zupa porowa /1,7,9/ Ziemniaki Gulasz mięsny /1/ Sałatka z buraczków C : Buraczki z kapustą kiszoną	350 200 200 100 100	Serek homo nat /7/	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Ser żółty/ogórek /7/ D : Bułka paryska/1/ Twaróg/pomidor /7/	250 100 15 80 100 80
29.12.19 r. NIEDZIELA	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Szynkowa/ogórek kisz D : Bułka paryska /1/ Pomidor	250 100 15 70 100	Ser grani /7/	Zupa ryżowa /1,7,9/ Ziemniaki Bitka ze schabu w sosie /1/ Surówka wielowarzywna /7,9/	350 200 70/100 100	Owoce	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Jajko / pomidor /3/ D : Bułka paryska/1/ V : Połudwica sop	250 100 15 2 szt 100 70
30.12.19 r. PONIEDZIAŁEK	Zacierka na ml /1,3,7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Ser top/papryka /7/ D : Bułka paryska /1/ Twaróg/pomidor /7/	350 100 15 50 100 80	Jogurt nat /7/	Zupa żurek /1,7,9/ Ziemniaki Kiełbasa z rusztu Sałatka z ogórka kiszzonego D : Filet dr w sosie jarzynow/1,9/ C : Sałatka z ogórka kiszzonego	350 200 100 100 60/150 100	Sok pomidorowy	Kawa ml. /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Mielonka dr/sałata D : Bułka paryska/1/	250 100 15 70 100

V : Dieta wątrobowa , trzustkowa

C : Dieta cukrzycowa

UWAGA : Jadłospis w ciągu dekady może ulec zmianie .

STACJA DIETETYCZNA

20.12.18
Joanna Kwapisz