

Jadłospis od 27 do 31 stycznia 2025 rok

Data	Posiłek	Dieta zwykła	Dieta eliminacyjna bez jajek i mleka (laktozy)
Poniedziałek 27.01.2025r.	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku (7) Chleb pszenno-żytni (1), chleb razowy ze słonecznikiem (1), bułka pszenna (1), bułka grahamka (1), masło (7), parówka, miód, pomidor, kiełki, keczup, herbata czarna z cytryną i cukrem	Płatki kukurydziane na mleku bez laktozy (7) Chleb pszenno-żytni (1), chleb razowy ze słonecznikiem (1), bułka pszenna (1), bułka grahamka (1), masło (7), parówka, miód, pomidor, kiełki, keczup, herbata czarna z cytryną i cukrem
	Obiad	Zupa grochowa na wywarze mięsno-jarzynowym (9) Makaron świderki z truskawką i jogurtem (1,7) Kompot	Zupa grochowa na wywarze mięsno-jarzynowym (9) Makaron świderki z truskawką (1) Kompot
Wtorek 28.01.2025r.	Podwieczorek	Ciasteczka zbożowe (1)	Ciasteczka zbożowe (1)
	Śniadanie	Chleb pszenno-żytni (1), chleb razowy ze słonecznikiem (1), bułka pszenna (1), bułka grahamka (1), masło (7), kiełbasa żywiecka, jajecznicza (3,7), szczypiorek, papryka, kawa biała (7)	Chleb pszenno-żytni (1), chleb razowy ze słonecznikiem (1), bułka pszenna (1), bułka grahamka (1), masło (7), kiełbasa żywiecka, szczypiorek, papryka, kawa biała bez laktozy (7)
Środa 29.01.2025r.	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze mięsno-jarzynowym (7,9) Kotlet z piersi indyka (1,3,7), ziemniaki, surówka z białej rzepy, rzodkiewki, jabłka, rodzynek z jogurtem naturalnym (7) Kompot	Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze mięsno-jarzynowym (7,9) Kotlet z piersi indyka (1), ziemniaki, surówka z białej rzepy, rzodkiewki, jabłka, rodzynek z śmietanką bez laktozy (7) Kompot
	Podwieczorek	Serek waniliowy (7)	Deser sojowy (6)
Środa 29.01.2025r.	Śniadanie	Chleb pszenno-żytni (1), chleb razowy ze słonecznikiem (1), bułka pszenna (1), bułka grahamka (1), masło (7), polędwica sopočka, ser żółty (7), pomidor, ogórek kiszony, herbata owocowa z cukrem	Chleb pszenno-żytni (1), chleb razowy ze słonecznikiem (1), bułka pszenna (1), bułka grahamka (1), masło (7), polędwica sopočka, pomidor, ogórek kiszony, herbata owocowa z cukrem
	Obiad	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-jarzynowym (7,9) Spaghetti (1) Woda z cytryną i mandarynką	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-jarzynowym ze śmietanką bez laktozy (7,9) Spaghetti (1) Woda z cytryną i mandarynką
	Podwieczorek	Jogurt naturalny z borówką (7)	Krem śmietankowy bez laktozy z borówką (7)
	Śniadanie	Kasza kuskus na mleku (1,7) Chleb pszenno-żytni (1), chleb razowy ze słonecznikiem (1), bułka pszenna (1), bułka grahamka (1), masło (7), szynka z indyka, pasta jajeczna (3,10) papryka ogórek zielony, herbata czarna z cytryną i cukrem	Kasza kuskus na mleku bez laktozy(1,7) Chleb pszenno-żytni (1), chleb razowy ze słonecznikiem (1), bułka pszenna (1), bułka grahamka (1), masło (7), szynka z indyka, papryka, ogórek zielony, herbata czarna z cytryną i cukrem