

DIETA PODSTAWOWA 13-19.05.2024

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	niedziela
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	śniadanie
- bułka pszenna - chleb mieszany z płatkami owsianymi - masło extra - wędlina - ser żółty - rukola - pomidor koktajlowy - herbata czarna A :1,7	- bułka pszenna - chleb mieszany z płatkami owsianymi - masło extra - twarożek - rzodkiewka tarta - ser topiony trójkąt - herbata czarna A: 1,7	- bułka pszenna - chleb mieszany z płatkami owsianymi - owsianka na mleku - masło extra - jajka na twardo - wędlina - mix sałat - herbata czarna A: 1,3,7	- bułka pszenna - chleb mieszany z płatkami owsianymi - masło extra - galantyna w musie chrzanowym - wędlina - ogórek świeży A: 1,7	- bułka pszenna - chleb mieszany z płatkami owsianymi - masło extra - twaróg w kawałku - ser żółty - mix sałat - herbata czarna A: 1,7	- bułka pszenna - chleb mieszany z płatkami owsianymi - masło extra - wędlina - rukola - herbata czarna A : 1,7	- owsianka na mleku - chałka z dżemem - herbata czarna A : 1,3,7
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	obiad
- zupa krem z białych warzyw - pierogi z mięsem - kompot A: 1,7,9	- zupa jarzynowa - smażona pierś z kurczaka - ziemniaki gotowane - surówka z czerwonej kapusty - kompot A : 1,3,7,9	- zupa kalafiorowa/ziemniaczana - spaghetti z mięsem mielonym - kompot A : 1,3,7	- zupa grochowa/grysikowa - roladka wieprzowa - kasza jęczmienna - surówka z białej kapusty - kompot A: 1,7	- zupa krem z dyni - racuchy z jabłkiem - kompot A:1,3,7	- zupa barszcz czerwony - wątróbka drobiowa smażona z cebulą - kasza gryczana - ogórek kiszony - kompot A : 1,3,7	- rosół z makaronem - kluski śląskie - mięso pieczone wieprzowe w sosie - surówka z czerwonej kapusty - kompot A: 1, 3, 7
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	podwieczorek
Kanapka z serem i pomidorem A: 1,7	Ciastka maślane z marmoladą A : 1,3,7	Jogurt owocowy A : 7	Ciastka owsiane A : 1,3,7	Ciastka z ciasta francuskiego ze szpinakiem A : 1,3,7	budyń A : 7	Galaretka na słodko A :
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	kolacja
- chleb pszenny	- Chleb pszenny	- Chleb pszenny	-chleb pszenny	- Chleb pszenny	- Chleb pszenny	- Chleb pszenny

DIETA PODSTAWOWA 13-19.05.2024

<ul style="list-style-type: none"> - masło extra - wędlina - ogórek świeży - rukola - herbata czarna <p>A: 1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - masło extra - sałatka jarzynowa - herbata czarna <p>A: 1,3,7,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> - masło extra - pasta rybna - herbata czarna <p>A: 1,4,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - masło extra - wędlina - pomidor - rukola - herbata czarna <p>A : 1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - masło extra - ryba po grecku z warzywami - herbata czarna <p>A: 1,3,7,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> - masło extra - pasta jajeczna - sałata masłowa - herbata czarna <p>A: 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - masło extra - paszтет z mięsa mieszanego z warzywami - herbata czarna <p>A : 1,7,9</p>
<p>K : 2140,6 B : 103 T : 57 WP : 286,4 NKT : 17,6 B : 35 S : 1943</p>	<p>K : 2193,4 B : 112 T : 59 WP : 287,6 NKT : 17,3 B : 32 S : 1969</p>	<p>K : 2235,2 B : 118 T : 58 WP : 293,8 NKT: 18,9 B : 33 S : 1955</p>	<p>K : 2139,4 B : 114 T : 53 WP : 284,6 NKT : 16,8 B : 34 S : 1973</p>	<p>K :2113,4 B : 87 T : 57 WP : 297,6 NKT : 17,2 B : 31 S : 1925</p>	<p>K : 2035 B : 96 T : 51 WP : 282,0 NKT : 16,3 B : 32 S : 1951</p>	<p>K : 2266 B : 96 T : 72 WP : 292,7 NKT : 17,5 B : 32 S : 1968</p>