

Jadłospisy dla kuchni w dniu 2025-02-15 KUCHNIA OGÓLNA

sobota								
15.02.2025								
Podstawowa	Łatwo strawna	niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Łatwo strawna niskobiałkowa	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych /niskocholesterolowa, niskolipidowa/	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	
Śniadanie	kakao 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g chleb żytni razowy 60 g masło 10 g kiełb.krak.wp./N.Maxpol/ 50 g sałatka z papryki świeżej i koperku 50 g kasza jaglana na mleku 250 ml	kakao 250 ml bułka pszenna kajzerka 50 g masło 10 g połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałata zielona 20 g kasza jaglana na mleku 350 ml	kawa zboż. z ml. 250 ml bułka pszenna kajzerka 50 g połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałata zielona 20 g kasza jaglana na mleku 350 ml jabłko gotowane 250 g	kawa zboż. z ml. 250 ml bułka pszenna kajzerka 50 g masło 10 g połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałata zielona 20 g	kakao 250 ml bułka pszenna kajzerka 50 g połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałata zielona 20 g kasza jaglana na mleku 300 ml	herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna kajzerka 50 g masło 20 g dżemik z brzoskwiń 75 g sałata zielona 20 g jabłko pieczone 250 g	kawa zboż. z ml. 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g chleb żytni razowy 60 g masło 10 g kiełb.krak.wp./N.Maxpol/ 50 g połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałatka z papryki świeżej i koperku 50 g kasza jaglana na mleku 300 ml	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g chleb żytni razowy 60 g masło 10 g kiełb.krak.wp./N.Maxpol/ 50 g sałatka z papryki świeżej i koperku 50 g
2. śniadanie			płatki owsiane na mleku 250 ml	budyń 200 ml			płatki owsiane z ml. 250 ml	
Obiad	zupa fasolowa z makaronem 350 ml jajko w sosie chrzanowym 1 szt 100 g ziemniaki gotowane 250 g sur. z kapusty pek. march. jabłka z maj. 150 g kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną 250 ml	zupa jarzynowa z makar. diet. (zabiel.) 350 ml gulasz wieprzowy 110 g ziemniaki gotowane 250 g sałata zielona z kefirem 70 g kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną 250 ml	zupa koperkowa z makaronem 350 g gulasz wieprzowy 110 g ziemniaki gotowane 250 g sałata zielona z kefirem 70 g kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną 250 ml	zupa koperkowa z makaronem 350 g gulasz wieprzowy 110 g ziemniaki gotowane 250 g sałata zielona z kefirem 70 g kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną 250 ml	zupa jarzynowa z makar. diet. (zabiel.) 350 ml gulasz wieprzowy 110 g ziemniaki gotowane 250 g sałata zielona z kefirem 70 g kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną 250 ml	zupa koperkowa z makaronem 350 g gulasz wieprzowy 110 g ziemniaki gotowane 250 g sałata zielona z kefirem 70 g kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną 250 ml	zupa koperkowa z makaronem 350 g gulasz wieprzowy 110 g ziemniaki gotowane 250 g sałata zielona z kefirem 70 g kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną 250 ml	zupa fasolowa z makaronem 350 ml jajko w sosie chrzanowym 1 szt 100 g ziemniaki gotowane 250 g surówka z kapusty pekińskiej z maj. 150 g kompot truskawkowo-borówkowy z cytryną b.cukru 250 ml
Podwieczorek			jabłko gotowane 200 g	jogurt truskawkowy 150 g			jabłko 250 g	

Jadłospisy dla kuchni w dniu 2025-02-15 KUCHNIA OGÓLNA

sobota					
15.02.2025					
	Ubogoenergetyczna - redukcyjna	podstawowa dziecięca	Łatwo strawna małego dziecka	Bezglutenowa	Pracownicza
Śniadanie	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 40 g chleb żytni razowy 40 g masło 5 g kiełb.krak.wp./N.Max pol/ 50 g sałatka z papryki świeżej i koperku 50 g	kakao 200 ml chleb pszenno-żytni 50 g chleb żytni razowy 40 g masło 10 g kiełb.krak.wp./N.Max pol/ 50 g sałatka z papryki świeżej i koperku 50 g	kakao 150 ml bułka pszenna 50 g masło 10 g połudwica dr./N.Maxpol/ 40 g sałata zielona 10 g kasza jaglana na mleku 150 ml	kakao /bezgl/ 200 ml Chleb bezglut. ciemny Belviten 100 g masło 10 g połudwica dr. N.Maxpol /bezgl/ 50 g sałatka z papryki świeżej i koperku 50 g kasza jaglana na ml./bezgl/ 200 ml	
2. śniadanie		płatki ows. na mleku z rodzynkami 200 ml	płatki ows. na mleku z rodzynkami 150 ml		
Obiad	jajko w sosie chrzanowym 1 szt ziemniaki gotowane 250 g surówka z kapusty pekińskiej z maj. 150 g kompot truskawkowo-borówk owy z cytryną b.cukru 250 ml	zupa fasolowa z makaronem 350 ml jajko w sosie chrzanowym 1 szt ziemniaki gotowane 200 g surówka z kapusty pekińskiej z maj. 150 g kompot borówkowo-truskawk owy z cytryną 250 ml	zupa koperkowa z makaronem 150 g gulasz wieprzowy 80 g ziemniaki gotowane 100 g sałata zielona z kefirem 50 g kompot borówkowo-truskawk owy z cytryną 150 ml	zupa fasolowa z makaronem /bezglut/ 350 ml gulasz wieprz./bezgl/ 110 g ziemniaki gotowane 250 g sałata zielona z kefirem 70 g kompot borówkowo-truskawk owy z cytryną 250 ml	chleb pszenno-żytni pytl. 150 g zupa fasolowa z makaronem 350 ml jajko w sosie chrzanowym 1 szt ziemniaki gotowane 200 g sur. z kapusty pekińskiej z zioł. i ol.z oliwek 150 g kompot borówkowo-truskawk owy z cytryną 250 ml
Podwieczorek		jabłko 200 g	jabłko gotowane 100 g		

Jadłospisy dla kuchni w dniu 2025-02-15 KUCHNIA OGÓLNA

sobota							
15.02.2025							
Podstawowa	Łatwo strawna	niskoreszkowa z ogr. tłuszczu	z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Łatwo strawna niskobiałkowa	Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych /niskocholesterolowa, niskolipidowa/	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.
Kolacja	herbata z cukrem 250 ml chleb pszenno- żytni 50 g chleb żytni razowy 60 g masło 10 g ser żółty 30 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 40 g sałatka z pomidora, szczypiorku i koperku 80 g	kawa zboż. z ml. 250 ml bułka pszenna kajzerka 50 g masło 10 g miód naturalny 25 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g ryż na mleku 350 ml	kawa zboż. z ml. 250 ml bułka pszenna weka 90 g miód naturalny 25 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g ryż na mleku 350 ml	herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna kajzerka 50 g masło 10 g miód naturalny 25 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g ryż na mleku 350 ml	kawa zboż. z ml. 200 ml bułka pszenna weka 90 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g ryż na mleku 200 ml	herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna 90 g masło 20 g miód naturalny 75 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g jabłko pieczone 200 g	herbata z cukrem 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g chleb żytni razowy 60 g masło 10 g ser żółty 30 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g sałatka z pomidora, szczypiorku i koperku 80 g ryż na mleku 250 ml
Posiłek nocny	jogurt naturalny 160 g	jogurt naturalny 160 g	jogurt naturalny 160 g	jogurt naturalny 160 g	jogurt naturalny 160 g	sok bobo fruit 175 ml	jogurt truskawkowy 150 g

Jadłospisy dla kuchni w dniu 2025-02-15 KUCHNIA OGÓLNA

sobota				
15.02.2025				
Ubogoenergetyczna - redukcyjna	podstawowa dziecięca	Łatwo strawna małego dziecka	Bezglutenowa	Pracownicza
Kolacja	herbata z cukrem 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g chleb żytni razowy 40 g masło 10 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g sałatka z pomidora, szczypiorku i koperku 80 g	herbata z cukrem 150 ml bułka pszenna. 50 g masło 5 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 40 g ryż na mleku 150 ml sałatka z pomidora bez skórki 40 g	herbata z cukrem/bezgl/ 250 ml Chleb bezglut. jasny Belviten 100 g masło 10 g miód naturalny 25 g Szynka z indyka N.Maxpol /bezgl/ 50 g ryż na mleku /bezgl/ 200 ml sałatka z pomidora, szczypiorku i koperku 80 g	
Posiłek nocny	jogurt truskawkowy 150 g	jogurt truskawkowy 150 g	jogurt truskawkowy 150 g	