

Luty 21.02.2024 r. - 29.02.2024 r.

Zapraszamy do zapoznania się z jadłospisami na 3. dekadę lutego oraz zdjęciami przygotowanych posiłków.

[LISTA ALERGENÓW](#)

[Jadłospis 29.02.2024 r.](#)

[Jadłospis 28.02.2024 r.](#)

[Jadłospis 27.02.2024 r.](#)

[Jadłospis 26.02.2024 r.](#)

[Jadłospis 25.02.2024 r.](#)

[Jadłospis 24.02.2024 r.](#)

[Jadłospis 23.02.2024 r.](#)

[Jadłospis 22.02.2024 r.](#)

[Jadłospis 21.02.2024 r.](#)

Czwartek 29.02.2024 r.



Śniadanie - dieta podstawowa



Obiad - dieta łatwostrawna

Jogurt naturalny
Chleb graham z masłem, szynka premium konserwowa, rzodkiew, sałata lodowa
Herbata czarna

Zupa krupnik z kaszą jęczmienną z pietruszką
Ziemniaki gotowane, kotlet z kalafiora na parze, sos koperkowy, buraczki na ciepło
Woda

Środa 28.02.2024 r.

	
Śniadanie i II śniadanie - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Kefir Chleb razowy żytni z masłem, jajko, szynka drobiowa gotowana, papryka, sałata lodowa Herbata czarna b/c	Obiad - dieta podstawowa Zurek z ziemniakami Ryż brązowy gotowany, gulasz drobiowy, surówka z marchwi i selera Woda
Wtorek 27.02.2024 r.	
	
Śniadanie - dieta podstawowa Maślanka Chleb graham z masłem, filet kruchy, pomidor, sałata lodowa Herbata czarna	Obiad - dieta łatwostrawna Zupa koperkowa z ziemniakami Ziemniaki gotowane, udko z kurczaka b/kości duszone w sosie jarzynowym, brokuł gotowany Woda
Poniedziałek 26.02.2024 r.	

	
Śniadanie - dieta podstawowa	Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Jogurt naturalny Chleb graham z masłem, twarożek z pietruszką, papryka, sałata lodowa Herbata czarna	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami Kasza gryczana gotowana, leczy pomidorowe z soczewicą, cukinią, włoszczyzną Woda
Piątek 23.02.2024 r.	
	
Śniadanie - dieta podstawowa	Obiad - dieta łatwostrawna
Jogurt naturalny Chleb graham z masłem, jajko, ogórek kiszony, sałata lodowa Herbata czarna	Zupa jarzynowa z zacierką Ziemniaki gotowane, mintaj na parze, sałatka z buraczków Woda
Czwartek 22.02.2024 r.	

	
Śniadanie - dieta podstawowa	Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Kefir Chleb graham z masłem, twarożek z koperkiem, pomidor, sałata lodowa Herbata czarna	Zupa ogórkowa z ryżem Ziemniaki gotowane, pieczeń rzymska drobiowa w sosie, surówka z kapusty białej Woda
Środa 21.02.2024 r.	
	
Śniadanie - dieta podstawowa	Obiad - dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Maślanka Chleb graham z masłem, schabowa kanapkowa, rzodkiew, sałata lodowa Herbata czarna	Zupa ogórkowa z ryżem Ziemniaki gotowane, pieczeń rzymska drobiowa w sosie, surówka z kapusty białej Woda