

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2021-05-11 do dnia 2021-05-20 KUCHNIA SZPITALNA

|                   |                | Śniadanie   | 2. śniadanie                          | Obiad  | Podwieczorek   | Kolacja  |
|-------------------|----------------|---|---------------------------------------|--|--|--|
| 2021-05-11 wtorek | Dieta Mamy I   | Płatki owsiane na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt   | Banan 1 szt<br>Owoce suszone mix 30 g | Zupa kalafiorowa z grysiakiem 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Schab duszony 80g w sosie 80g 1 Por<br>Surówka z ogórka kiszzonego 100 g<br>Buraczki 100 g    | Naleśniki ze szpinakiem 1 szt  | Serek wiejski ziarnisty 60 g<br>Połudwica Jana 40 g<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Ogórek zielony 50 g |
|                   | Dieta Mamy II  | Płatki owsiane na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt   | Banan 1 szt<br>Owoce suszone mix 30 g | Zupa kalafiorowa z grysiakiem 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Schab duszony 80g w sosie 80g 1 Por<br>Surówka z ogórka kiszzonego 100 g<br>Buraczki 100 g    | Naleśniki ze szpinakiem 1 szt  | Serek wiejski ziarnisty 60 g<br>Połudwica Jana 40 g<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Ogórek zielony 50 g |
|                   | Dieta mamy III | Płatki owsiane na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt   | Banan 1 szt<br>Owoce suszone mix 30 g | Zupa kalafiorowa z grysiakiem 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Schab duszony 80g w sosie 80g 1 Por<br>Surówka z ogórka kiszzonego 100 g<br>Buraczki 100 g    | Naleśniki ze szpinakiem 1 szt  | Serek wiejski ziarnisty 60 g<br>Połudwica Jana 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Ogórek zielony 50 g |
|                   | Dieta Mamy L   | Płatki owsiane na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt   | Banan 1 szt<br>Owoce suszone mix 30 g | Zupa kalafiorowa z grysiakiem 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Schab duszony 80g w sosie 80g 1 Por<br>Surówka z ogórka kiszzonego 100 g<br>Buraczki 100 g    | Naleśniki ze szpinakiem 1 szt  | Serek wiejski ziarnisty 60 g<br>Połudwica Jana 50 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Ogórek zielony 50 g |
| 2021-05-12 środa  | Dieta Mamy I   | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Łopatka zbójnicka - wędlina 40 g<br>Ogórek konserwowy . 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt                             | mus z cukinii, szpinaku i kiwi 1 szt  | Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml<br>Kasza gryczana 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Gulasz wieprzowy . 120 g<br>surówka colesław sosem chrzan- 100 g<br>Groszek gotowany 100 g | Salatka makaronowa z świeżym ogórkiem, papryką i pestkami dyni 200 Por | Ser biały plaster 40 g<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Szynka gotowana 40 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g       |
|                   | Dieta Mamy II  | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Łopatka zbójnicka - wędlina 40 g<br>Ogórek konserwowy . 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Ogórek konserwowy . 50 g | mus z cukinii, szpinaku i kiwi 1 szt  | Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml<br>Kasza gryczana 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Gulasz wieprzowy . 120 g<br>surówka colesław sosem chrzan- 100 g<br>Groszek gotowany 100 g | Salatka makaronowa z świeżym ogórkiem, papryką i pestkami dyni 200 Por | Ser biały plaster 40 g<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Szynka gotowana 40 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g       |
|                   | Dieta mamy III | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Łopatka zbójnicka - wędlina 40 g<br>Ogórek konserwowy . 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt                             | mus z cukinii, szpinaku i kiwi 1 szt  | Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml<br>Kasza gryczana 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Gulasz wieprzowy . 120 g<br>surówka colesław sosem chrzan- 100 g<br>Groszek gotowany 100 g | Salatka makaronowa z świeżym ogórkiem, papryką i pestkami dyni 200 Por | Ser biały plaster 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Szynka gotowana 40 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g       |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2021-05-11 do dnia 2021-05-20 KUCHNIA SZPITALNA

|            |          | Śniadanie      | 2. śniadanie  | Obiad  | Podwieczorek   | Kolacja  |  |
|------------|----------|----------------|---|--|--|--|--|
| 2021-05-12 | środa    | Dieta Mamy L   | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Łopatka zbójnicka - wędlina 40 g<br>Ogórek konserwowy . 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt | mus z cukinii, szpinaku i kiwi 1 szt                       | Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml<br>Kasza gryczana 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Gulasz wieprzowy . 120 g<br>surówka coleslaw sosem chrzan- 100 g<br>Groszek gotowany 100 g                                 | Salatka makaronowa z świeżym ogórkiem, papryką i pestkami dyni 200 Por | Ser biały plaster 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Szynka gotowana 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g |
| 2021-05-13 | czwartek | Dieta Mamy I   | Zacierka na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Papryka św. 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Ogonówka wiejska 40 g                              | Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 200 ml            | Krupnik z ziemniakami . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>bitka schabowa w sosie własnym 80 g<br>Surówka z kapusty czerwonej . 100 g<br>bukiet warzyw 100 g                                   | Kasza jaglana z bananem i kakao 200 g                                  | Ser biały kanapkowy 60 g<br>Szynka pieczona 40 g<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Pomidor 50 g     |
|            |          | Dieta Mamy II  | Zacierka na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Papryka św. 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Ogonówka wiejska 40 g                              | Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 200 ml            | Krupnik z ziemniakami . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>bitka schabowa w sosie własnym 80 g<br>Surówka z kapusty czerwonej . 100 g<br>bukiet warzyw 100 g                                   | Kasza jaglana z bananem i kakao 200 g                                  | Ser biały kanapkowy 60 g<br>Szynka pieczona 40 g<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Pomidor 50 g     |
|            |          | Dieta mamy III | Zacierka na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Papryka św. 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Ogonówka wiejska 40 g                              | Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 200 ml            | Krupnik z ziemniakami . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>bitka schabowa w sosie własnym 80 g<br>Surówka z kapusty czerwonej . 100 g<br>bukiet warzyw 100 g                                   | Kasza jaglana z bananem i kakao 200 g                                  | Ser biały kanapkowy 60 g<br>Szynka pieczona 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Pomidor 50 g     |
|            |          | Dieta Mamy L   | Zacierka na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Papryka św. 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Ogonówka wiejska 40 g                              | Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 200 ml            | Krupnik z ziemniakami . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>bitka schabowa w sosie własnym 80 g<br>Surówka z kapusty czerwonej . 100 g<br>bukiet warzyw 100 g                                   | Kasza jaglana z bananem i kakao 200 g                                  | Ser biały kanapkowy 60 g<br>Szynka pieczona 50 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Pomidor 50 g     |
| 2021-05-14 | piątek   | Dieta Mamy I   | Kasza kukurydzina na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Serek wiejski ze świeżymi warzywami 100 g<br>Kakao b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt                       | sok warzywny 100% 200ml. 1 szt. 1 Por<br>Wafle ryżowe 20 g | Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 400 ml<br>Filet z dorsza parowany 80 g<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kalafior gotowany . 100 g<br>sos potrawkowy 80ml-<br>dieta 80 ml<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Groszek gotowany 100 g | Tiramisu domowe 180 g  | Jajo 1 szt<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Paprykarz 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Papryka św. 50 g                     |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2021-05-11 do dnia 2021-05-20 KUCHNIA SZPITALNA

|                   |                | Śniadanie  | 2. śniadanie   | Obiad  | Podwieczorek                           | Kolacja  |
|-------------------|----------------|--|--|--|--|--|
| 2021-05-14 piątek | Dieta Mamy II  | Kasza kukurydzina na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Serek wiejski ze świeżymi warzywami 100 g<br>Kakao b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt  | sok warzywny 100% 200ml. 1 szt. 1 Por<br>Wafle ryżowe 20 g | Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 400 ml<br>Filet z dorsza parowany 80 g<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kalafior gotowany . 100 g<br>sos potrawkowy 80ml-<br>dieta 80 ml<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Groszek gotowany 100 g | Tiramisu domowe 180 g                  | Jajo 1 szt<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Paprykarz 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Papryka św. 50 g             |
|                   | Dieta mamy III | Kasza kukurydzina na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Serek wiejski ze świeżymi warzywami 100 g<br>Kakao b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt  | sok warzywny 100% 200ml. 1 szt. 1 Por<br>Wafle ryżowe 20 g | Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 400 ml<br>Filet z dorsza parowany 80 g<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kalafior gotowany . 100 g<br>sos potrawkowy 80ml-<br>dieta 80 ml<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Groszek gotowany 100 g | Tiramisu domowe 180 g                  | Jajo 1 szt<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Paprykarz 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Papryka św. 50 g             |
|                   | Dieta Mamy L   | Kasza kukurydzina na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Serek wiejski ze świeżymi warzywami 100 g<br>Kakao b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt  | sok warzywny 100% 200ml. 1 szt. 1 Por<br>Wafle ryżowe 20 g | Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 400 ml<br>Filet z dorsza parowany 80 g<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kalafior gotowany . 100 g<br>sos potrawkowy 80ml-<br>dieta 80 ml<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Groszek gotowany 100 g | Tiramisu domowe 180 g                  | Jajo 1 szt<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Paprykarz 60 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Papryka św. 50 g             |
| 2021-05-15 sobota | Dieta Mamy I   | Płatki jęczmienne na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Szynak farmerska 40 g<br>Rzodkiewka 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt | Salátka owocowa z wiórkami kokosowymi 200 g                | Zupa jarzynowa z ziemniakami . 400 ml<br>Makaron razowy 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Zraz drobiowy parowany 80 g<br>surówka błgarska z papryką- 100 g<br>Szpinak 100 g   | Surówka z cykorii z białym serem 120 g | Schab Grzegorza 40 g<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Ser żółty 40 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g |
|                   | Dieta Mamy II  | Płatki jęczmienne na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Szynak farmerska 40 g<br>Rzodkiewka 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt | Salátka owocowa z wiórkami kokosowymi 200 g                | Zupa jarzynowa z ziemniakami . 400 ml<br>Makaron razowy 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Zraz drobiowy parowany 80 g<br>surówka błgarska z papryką- 100 g<br>Szpinak 100 g   | Surówka z cykorii z białym serem 120 g | Schab Grzegorza 40 g<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Ser żółty 40 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g |
|                   | Dieta mamy III | Płatki jęczmienne na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Szynak farmerska 40 g<br>Rzodkiewka 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt | Salátka owocowa z wiórkami kokosowymi 200 g                | Zupa jarzynowa z ziemniakami . 400 ml<br>Makaron razowy 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Zraz drobiowy parowany 80 g<br>surówka błgarska z papryką- 100 g<br>Szpinak 100 g   | Surówka z cykorii z białym serem 120 g | Schab Grzegorza 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Ser żółty 40 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2021-05-11 do dnia 2021-05-20 KUCHNIA SZPITALNA

|                      |                | Śniadanie  | 2. śniadanie                                   | Obiad  | Podwieczorek                                  | Kolacja  |
|----------------------|----------------|--|--|--|---|--|
| 2021-05-15 sobota    | Dieta Mamy L   | Płatki jęczmienne na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Szynak farmerska 40 g<br>Rzodkiewka 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt             | Salatka owocowa z wiórkami kokosowymi 200 g    | Zupa jarzynowa z ziemniakami . 400 ml<br>Makaron razowy 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Zraz drobiowy parowany 80 g<br>surówka białgarska z papryką- 100 g<br>Szpinak 100 g                 | Surówka z cykorii z białym serem 120 g        | Schab Grzegorza 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Ser żółty 40 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g                                 |
|                      | Dieta Mamy I   | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Ogórek zielony 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Kielbaska śląska 1 szt<br>Ketchup 25g 1 szt | Koktajl bananowy z kiwi i słonecznikiem 200 ml | Rosół z makaronem . 400 ml<br>Udko pieczone . 1 Por<br>Ziemniaki . 220 g<br>Brokuły gotowane 100 g<br>Salatka z pomidorów - dieta . 100 g<br>Kompot b.c. 500 ml                            | Pudding ryżowy z malinami i kakao 200 ml      | Szynka dębowa 40 g<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Mix masła 10g 1 szt<br>Ser homogenizowany 60 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>rukola 10 g                            |
|                      | Dieta Mamy II  | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Ogórek zielony 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Kielbaska śląska 1 szt<br>Ketchup 25g 1 szt | Koktajl bananowy z kiwi i słonecznikiem 200 ml | Rosół z makaronem . 400 ml<br>Udko pieczone . 1 Por<br>Ziemniaki . 220 g<br>Brokuły gotowane 100 g<br>Salatka z pomidorów - dieta . 100 g<br>Kompot b.c. 500 ml                            | Pudding ryżowy z malinami i kakao 200 ml      | Szynka dębowa 40 g<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Mix masła 10g 1 szt<br>Ser homogenizowany 60 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>rukola 10 g                            |
|                      | Dieta mamy III | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Ogórek zielony 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Kielbaska śląska 1 szt<br>Ketchup 25g 1 szt | Koktajl bananowy z kiwi i słonecznikiem 200 ml | Rosół z makaronem . 400 ml<br>Udko pieczone . 1 Por<br>Ziemniaki . 220 g<br>Brokuły gotowane 100 g<br>Salatka z pomidorów - dieta . 100 g<br>Kompot b.c. 500 ml                            | Pudding ryżowy z malinami i kakao 200 ml      | Szynka dębowa 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Mix masła 10g 1 szt<br>Ser homogenizowany 60 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>rukola 10 g                            |
| 2021-05-16 niedziela | Dieta Mamy L   | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Ogórek zielony 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Kielbaska śląska 1 szt<br>Ketchup 25g 1 szt | Koktajl bananowy z kiwi i słonecznikiem 200 ml | Rosół z makaronem . 400 ml<br>Udko pieczone . 1 Por<br>Ziemniaki . 220 g<br>Brokuły gotowane 100 g<br>Salatka z pomidorów - dieta . 100 g<br>Kompot b.c. 500 ml                            | Pudding ryżowy z malinami i kakao 200 ml      | Szynka dębowa 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Mix masła 10g 1 szt<br>Ser homogenizowany 60 g<br>Ser homogenizowany 60 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>rukola 10 g |
|                      | Dieta Mamy I   | Kasza manna na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Polędwica wiśniowa 40 g<br>Pomidor 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt     | Grysik na gęsto z jabłkiem i żurawiną 200 g    | Zupa koperkowa z ziemn KG 400 ml<br>Soczewica gotowana 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Filet z mintaja smażony K 100 g<br>Kalafior gotowany . 100 g<br>Surówka z marchewki i jabłka . 100 g | Galaretka z owocami 200 g<br>pestka dyni 30 g | Pasta drobiowa . 60 g<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g                                    |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2021-05-11 do dnia 2021-05-20 KUCHNIA SZPITALNA

|                         |                | Śniadanie  | 2. śniadanie  | Obiad  | Podwieczorek                                  | Kolacja  |
|-------------------------|----------------|--|---|--|---|--|
| 2021-05-17 poniedziałek | Dieta Mamy II  | Kasza manna na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Połędwica wiśniowa 40 g<br>Pomidor 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Pomidor 50 g | Grysik na gęsto z jabłkiem i żurawiną 200 g             | Zupa koperkowa z ziemn KG 400 ml<br>Soczewica gotowana 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Kalafior gotowany . 100 g<br>Filet z mintaja smażony K 100 g<br>Surówka z marchewki i jabłka . 100 g               | Galaretka z owocami 200 g<br>pestka dyni 30 g | Pasta drobiowa . 60 g<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g    |
|                         | Dieta mamy III | Kasza manna na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Połędwica wiśniowa 40 g<br>Pomidor 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt                 | Grysik na gęsto z jabłkiem i żurawiną 200 g             | Zupa koperkowa z ziemn KG 400 ml<br>Soczewica gotowana 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Kalafior gotowany . 100 g<br>Filet z mintaja smażony K 100 g<br>Surówka z marchewki i jabłka . 100 g               | Galaretka z owocami 200 g<br>pestka dyni 30 g | Pasta drobiowa . 60 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g    |
|                         | Dieta Mamy L   | Kasza manna na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Połędwica wiśniowa 40 g<br>Pomidor 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt                 | Grysik na gęsto z jabłkiem i żurawiną 200 g             | Zupa koperkowa z ziemn KG 400 ml<br>Soczewica gotowana 200 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Kalafior gotowany . 100 g<br>Filet z mintaja smażony K 100 g<br>Surówka z marchewki i jabłka . 100 g               | Galaretka z owocami 200 g<br>pestka dyni 30 g | Pasta drobiowa . 60 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g    |
| 2021-05-18 wtorek       | Dieta Mamy I   | Płatki owsiane na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Papryka konserwowa 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Ser biały plaster 40 g                   | Koktajl z kiwi,szpinakiem i ziarnami słonecznika 200 ml | Zupa botwinkowa . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Pieczeń wołowa 80 g w sosie własnym 80 g<br>1 Por<br>Kapusta czerwona duszona z boczkiem 100 g<br>Surówka z selera i jabłka 100 g | Salatka grecka z serem feta i oliwkami 200 g  | Ser tostowy 1 szt<br>Szynka pieczona 40 g<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Rzodkiewka 50 g |
|                         | Dieta Mamy II  | Płatki owsiane na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Papryka konserwowa 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Ser biały plaster 40 g                   | Koktajl z kiwi,szpinakiem i ziarnami słonecznika 200 ml | Zupa botwinkowa . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Pieczeń wołowa 80 g w sosie własnym 80 g<br>1 Por<br>Kapusta czerwona duszona z boczkiem 100 g<br>Surówka z selera i jabłka 100 g | Salatka grecka z serem feta i oliwkami 200 g  | Ser tostowy 1 szt<br>Szynka pieczona 40 g<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Rzodkiewka 50 g |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2021-05-11 do dnia 2021-05-20 KUCHNIA SZPITALNA

|                   |                | Śniadanie  | 2. śniadanie   | Obiad  | Podwieczorek                                 | Kolacja   |
|-------------------|----------------|--|--|--|--|---|
| 2021-05-18 wtorek | Dieta mamy III | Płatki owsiane na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Papryka konserwowa 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Ser biały plaster 40 g     | Koktajl z kiwi, szpinakiem i ziarnami słonecznika 200 ml       | Zupa botwinkowa . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Pieczeń wołowa 80 g w sosie własnym 80 g<br>1 Por<br>Kapusta czerwona duszona z boczkiem 100 g<br>Surówka z selera i jabłka 100 g | Salatka grecka z serem feta i oliwkami 200 g | Ser tostowy 1 szt<br>Szynka pieczona 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Rzodkiewka 50 g                            |
|                   | Dieta Mamy L   | Płatki owsiane na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Papryka konserwowa 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Ser biały plaster 40 g     | Koktajl z kiwi, szpinakiem i ziarnami słonecznika 200 ml       | Zupa botwinkowa . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Pieczeń wołowa 80 g w sosie własnym 80 g<br>1 Por<br>Kapusta czerwona duszona z boczkiem 100 g<br>Surówka z selera i jabłka 100 g | Salatka grecka z serem feta i oliwkami 200 g | Ser tostowy 1 szt<br>Szynka pieczona 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Herbata b/c 500 ml<br>Rzodkiewka 50 g                            |
| 2021-05-19 środa  | Dieta Mamy I   | Zacierka na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Ogonówka wiejska 40 g<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt | Koktajl bananowy z czarną porzeczką 200 ml<br>pestka dyni 30 g | Zupa grysikowa . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Szpinak 100 g<br>surówka meksykańska z kukurydzą- 100 g<br>Bitka duszona z szynki w sosie własnym 80 g                             | Naleśniki z serem i rodzynkami 1 szt         | Łopatka zbojnicka - wędlina 40 g<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g |
|                   | Dieta Mamy II  | Zacierka na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Ogonówka wiejska 40 g<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt | Koktajl bananowy z czarną porzeczką 200 ml<br>pestka dyni 30 g | Zupa grysikowa . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Szpinak 100 g<br>surówka meksykańska z kukurydzą- 100 g<br>Bitka duszona z szynki w sosie własnym 80 g                             | Naleśniki z serem i rodzynkami 1 szt         | Łopatka zbojnicka - wędlina 40 g<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g |
|                   | Dieta mamy III | Zacierka na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Ogonówka wiejska 40 g<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt | Koktajl bananowy z czarną porzeczką 200 ml<br>pestka dyni 30 g | Zupa grysikowa . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Szpinak 100 g<br>surówka meksykańska z kukurydzą- 100 g<br>Bitka duszona z szynki w sosie własnym 80 g                             | Naleśniki z serem i rodzynkami 1 szt         | Łopatka zbojnicka - wędlina 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g |
|                   | Dieta Mamy L   | Zacierka na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Ogonówka wiejska 40 g<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Kawa zbozowa z mlekiem b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt | Koktajl bananowy z czarną porzeczką 200 ml<br>pestka dyni 30 g | Zupa grysikowa . 400 ml<br>Ziemniaki . 220 g<br>Kompot b.c. 500 ml<br>Szpinak 100 g<br>surówka meksykańska z kukurydzą- 100 g<br>Bitka duszona z szynki w sosie własnym 80 g                             | Naleśniki z serem i rodzynkami 1 szt         | Łopatka zbojnicka - wędlina 50 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Salata lodowa 20 g |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2021-05-11 do dnia 2021-05-20 KUCHNIA SZPITALNA

|                     |                | Śniadanie  | 2. śniadanie                                  | Obiad   | Podwieczorek              | Kolacja   |
|---------------------|----------------|--|---|---|---------------------------|---|
| 2021-05-20 czwartek | Dieta Mamy I   | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt | Salatka owocowa 200 g<br>orzechy włoskie 30 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami . 400 ml<br>Udziec z indyka duszony w sosie 80 g<br>Kasza gryczana 200 g<br>surówka z czerwonej kapusty firmowa- 120 g<br>Marchewka z groszkiem . 100 g<br>Kompot b.c. 500 ml | Salatka jarzynowa . 150 g | filet zapiekany 40 g<br>Chleb żytni 30 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Ser topiony . 25 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Papryka konserwowa 50 g                       |
|                     | Dieta Mamy II  | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt | Salatka owocowa 200 g<br>orzechy włoskie 30 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami . 400 ml<br>Udziec z indyka duszony w sosie 80 g<br>Kasza gryczana 200 g<br>surówka z czerwonej kapusty firmowa- 120 g<br>Marchewka z groszkiem . 100 g<br>Kompot b.c. 500 ml | Salatka jarzynowa . 150 g | filet zapiekany 40 g<br>Chleb żytni 60 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Ser topiony . 25 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Papryka konserwowa 50 g                       |
|                     | Dieta mamy III | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt | Salatka owocowa 200 g<br>orzechy włoskie 30 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami . 400 ml<br>Udziec z indyka duszony w sosie 80 g<br>Kasza gryczana 200 g<br>surówka z czerwonej kapusty firmowa- 120 g<br>Marchewka z groszkiem . 100 g<br>Kompot b.c. 500 ml | Salatka jarzynowa . 150 g | filet zapiekany 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Ser topiony . 25 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Papryka konserwowa 50 g                       |
|                     | Dieta Mamy L   | Ryż na mleku . 300 ml<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Masło 10g 1 szt<br>Jajo 1 szt | Salatka owocowa 200 g<br>orzechy włoskie 30 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami . 400 ml<br>Udziec z indyka duszony w sosie 80 g<br>Kasza gryczana 200 g<br>surówka z czerwonej kapusty firmowa- 120 g<br>Marchewka z groszkiem . 100 g<br>Kompot b.c. 500 ml | Salatka jarzynowa . 150 g | filet zapiekany 40 g<br>Chleb żytni 90 g<br>Chleb pszenno-żytni 80 g<br>Rama 10g 1 szt<br>Ser topiony . 25 g<br>Ser topiony . 25 g<br>Herbata b/c 500 ml<br>Papryka konserwowa 50 g |