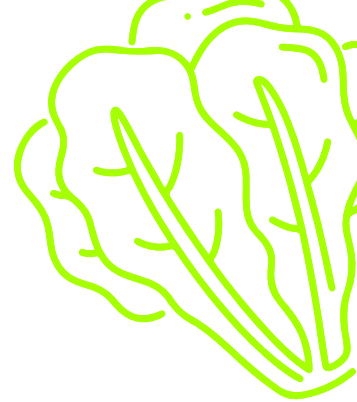
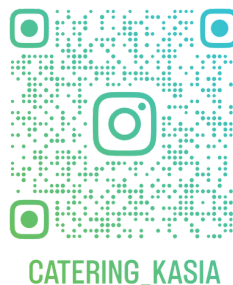




MENU 25.03.24-27.03.24 DIETA PODSTAWOWA



Poniedziałek

- Zupa ogórkowa z marchewką, ziemniakami, śmietanką i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- Ratatouille z cukinii z czerwoną soczewicą, papryką, mini marchewkami, i pomidorami pelati (100g), kasza jęczmienna (150g), surówka Coleslaw z białej kapusty z porem, wegańskim majonezem i natką pietruszki(100g), kompot z jabłek (200ml) jęczmień

Wtorek

- Zupa pomidorowa z ryżem, śmietanką i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)mleko
- Kotlet schabowy (90g), gotowane ziemniaki z koperkiem (150g), różyczki kalafiora gotowane na parze z sezamem i okraszone masłem (100g), kompot owocowy (200ml) jaja, pszenica, sezam, mleko

Środa

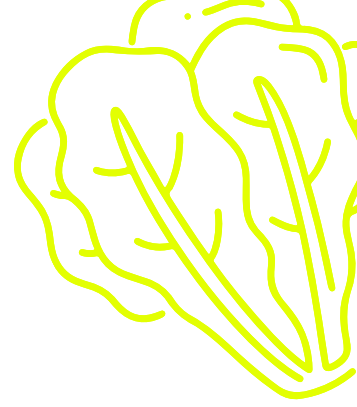
- Zupa żurek z ziemniakami, śmietanką, marchewką, świeżym majerankiem i natką pietruszki na wywarze mięsno-warzywnym (300ml) pszenica, mleko
- Jajko w sosie śmietanowo- chrzanowym z natką pietruszki (90g), ziemniaki gotowane z koperkiem (150g), buraczki z cebulką, gruszką i oliwą ziołową(100g), kompot truskawkowy (200ml) jaja, mleko

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:

gruszki, jabłka, pomarańcze

Opracowanie jadłospisu:
Dietetyk Karolina Koziół

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.



MENU 25.03.24-27.03.24

DIETA BEZMLECZNA, BEZJAJECZNA



Poniedziałek

- Zupa ogórkowa z marchewką, ziemniakami, śmietanką roślinną i natką pietruszki na wywarze warzywnym, (300ml)
- Ratatouille z cukinii z czerwoną soczewicą, papryką, mini marchewkami, i pomidorami pelati (100g), **kasza jęczmienna** (150g), surówka Coleslaw z białej kapusty z porem, wegańskim majonezem i natką pietruszki(100g), kompot z jabłek (200ml) jęczmień

Wtorek

- Zupa pomidorowa z ryżem, śmietanką roślinną i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- Kotlet schabowy (90g), gotowane ziemniaki z koperkiem (150g), różyczki kalafiora gotowana na parze z **sezamem** okraszone masłem roślinnym (100g), kompot owocowy (200ml) pszenica, sezam,

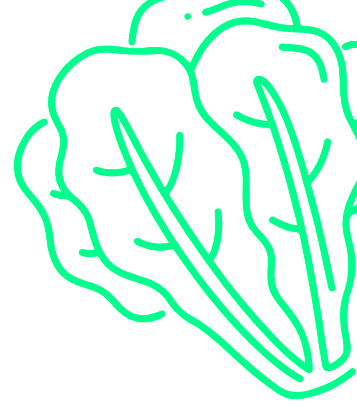
Środa

- **Zupa żurek** z ziemniakami, marchewką, świeżym majerankiem i natką pietruszki na wywarze mięsno-warzywnym (300ml) pszenica
- **Kotlet** z szynki (90g), ziemniaki gotowane z koperkiem (150g), buraczki z cebulką, gruszką i oliwą ziołową(100g), kompot truskawkowy (200ml) pszenica

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
gruszki, jabłka, pomarańcze

Opracowanie jadłospisu:
Dietetyk Karolina Koziół

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.



MENU 25.03.-27.03.24 DIETA BEZGLUTENOWA



Poniedziałek

- Zupa ogórkowa z marchewką, ziemniakami, śmietanką i natką pietruszki na wywarze warzywnym, (300ml) mleko
- Ratatouille z cukinii z czerwoną soczewicą, papryką, mini marchewkami, i pomidorami pelati (100g), kasza jaglana (150g), surówka Coleslaw z białej kapusty z porem, wegańskim majonezem i natką pietruszki (100g), kompot z jabłek (200ml)

Wtorek

- Zupa pomidorowa z ryżem, śmietanką i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- **Kotlet** schabowy (90g), gotowane ziemniaki z koperkiem (150g), różyczki kalafiora gotowana na parze okraszone **maselkiem** (100g), kompot owocowy (200ml) jaja, mleko

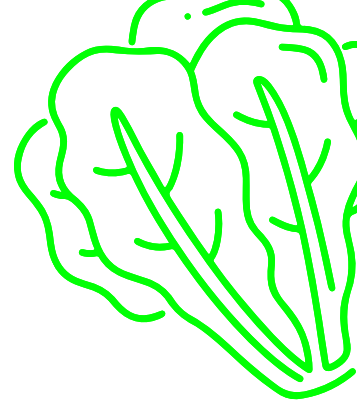
Środa

- Bezglutenowy żurek z ziemniakami, śmietanką, marchewką, świeżym majerankiem i natką pietruszki na wywarze mięsno-warzywnym (300ml) mleko
- **Jajko** w sosie śmietanowo- chrzanowym z natką pietruszki (90g), ziemniaki gotowane z koperkiem (150g), buraczki z cebulką, gruszką i oliwą ziołową (100g), kompot truskawkowy (200ml) jaja, mleko

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
gruszki, jabłka, pomarańcze

Opracowanie jadłospisu:
Dietetyk Karolina Koziół

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.



MENU 25.03.24-27.03.24 DIETA WEGETARIAŃSKA



Poniedziałek

- Zupa ogórkowa z marchewką, ziemniakami, śmietanką i natką pietruszki na wywarze warzywnym, (300ml) mleko
- Ratatouille z cukinii z czerwoną soczewicą, papryką, mini marchewkami, i pomidorami pelati (100g), kasza jęczmienna (150g), surówka Coleslaw z białej kapusty z porem, wegańskim majonezem i natką pietruszki(100g), kompot z jabłek (200ml) jęczmień

Wtorek

- Zupa pomidorowa z ryżem, śmietanką i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- **Kotlet** z czerwonej fasoli (90g), gotowane ziemniaki z koperkiem (150g), różyczki kalafiora gotowana na parze z **sezamem** okraszone **masłem** (100g), kompot owocowy (200ml) jajka, pszenica, sezam, mleko

Środa

- **Zupa żurek** z ziemniakami, śmietanką, marchewką, świeżym majerankiem i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) pszenica, mleko
- **Jajko** w sosie śmietanowo- chrzanowym z natką pietruszki (90g), ziemniaki gotowane z koperkiem (150g), buraczki z cebulką, gruszką i oliwą ziołową(100g), kompot truskawkowy (200ml) jajka, mleko

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
gruszki, jabłka, pomarańcze

Opracowanie jadłospisu:
Dietetyk Karolina Koziół

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.