



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 13.03.2023

Śniadanie: *pieczywo mieszane z żółtym serem² i pomidorem, chleb żytni^{1,2} z wędliną, winogrono, kawa zbożowa², herbata.*

II śniadanie: *mus owocowy ZŁOTY SKARB (naturalny, bez cukru: jabłko, marchew, morela, lio truskawka), ciastko owsiane, herbata owocowa.*

Obiad: *zupa rybna z makaronem, naleśniki z powidłami, surówka z marchewki i ananasa, kompot wiśniowy.*

Dieta bezmleczna: *mleko zastąpione mlekiem migdałowym, masło margaryną roślinną, ser żółty serem bez mleka, zupa bez śmietany.*

Dieta bezjajeczna: *naleśniki bez jaj, makaron bezjajeczny.*

Dieta bezglutenowa: *pieczywo zastąpione pieczywem bezglutenowym, mąka pszenna zastąpiona mąką bezglutenową, ciastko bezglutenowe, makaron bezglutenowy.*

Dieta bezcukrowa: *napoje bez dosładzania.*

Surówka bez ananasa, z jabłkiem.

WTOREK 14.03.2023

Śniadanie: *pieczywo mieszane^{1,2} z pomidorem i ogórkiem, kielbaski z ketchupem, jabłko, kakao², herbata.*

II śniadanie: *bułka maślana, kiwi, herbata owocowa.*

Obiad: *zupa marchewkowa z kaszą jaglaną, kurczak w sosie własnym, ziemniaki z koperkiem, kalafior, sałatka szwedzka, kompot truskawkowy.*

Dieta bezmleczna: *mleko zastąpione mlekiem migdałowym, owsianym, masło margaryną roślinną.*

Dieta bezjajeczna: *bez zmian*

Dieta bezglutenowa: *pieczywo zastąpione pieczywem bezglutenowym, bułka waflem kukurydzianym.*

Dieta bezcukrowa: *napoje bez dosładzania.*

Kiwi zastąpione jabłkiem.

ŚRODA 15.03.2023

Śniadanie w formie szwedzkiego stołu: *pieczywo mieszane¹ z masłem², szynka gotowana, jajko, ogórek kiszony, rzodkiewka, pomidor, kielki pora, ser mozzarella, miód pszczele, kawa na mleku², herbata.*

II śniadanie: *serek owocowy, gruszka, herbata owocowa.*

Obiad: *zupa z czerwonej soczewicy^{2,13}, klopsiki gotowane w sosie chrzanowo-śmietanowym, ziemniaki z koperkiem, fasolka szparagowa, kompot śliwkowy.*

Dieta bezmleczna: *mleko zastąpione mlekiem migdałowym, owsianym, masło margaryną roślinną, ser zastąpiony tofu, serek deserem sojowym.*

Dieta bezjajeczna: *klopsiki bez dodatku jaja.*

Dieta bezglutenowa: *pieczywo zastąpione pieczywem bezglutenowym.*

Dieta bezcukrowa: *napoje bez dosładzania.*

CZWARTEK 16.03.2023

Śniadanie: lane kluski na mleku, kanapki^{1,2} z salami, ogórek zielony, sok owocowy.

II śniadanie: pieczywo chrupkie z masłem, talerz warzyw(pomidor koktajlowy, ogórek zielony, rzodkiew, papryka, szczypiorek), żurawina, herbata z cytryną.

Obiad: rosół z makaronem, kurczak w potrawce, ryż, groszek z marchewką, sałata, kompot wieloowocowy.

Dieta bezmleczna: mleko zastąpione mlekiem migdałowym, owsianym, masło margaryną roślinną, sos ze śmietanką bez mleczną.

Dieta bezjajeczna: kluski bez jajka, sos potrawkowy bez jajka.

Dieta bezglutenowa: pieczywo zastąpione pieczywem bezglutenowym, pieczywo chrupkie waflem ryżowym.

Dieta bezcukrowa: napoje bez dosładzania.

PIĄTEK 17.03.2023

Śniadanie: pieczywo mieszane¹ z pomidorem, jajecznica ze szczypiorkiem, jabłko, mleko z miodem, herbata.

II śniadanie: pianka jogurtowa, banan, herbata miętowa.

Obiad: krupnik na mięsie^{2,13}, ziemniaki z koperkiem, klopsy rybne, surówka z kiszonej kapusty, sok jednodniowy CYNAMONOWY RAJ (jabłko, cynamon, cytryna).

Dieta bezmleczna: mleko zastąpione mlekiem migdałowym, owsianym, masło margaryną roślinną, jogurt zastąpiony jogurtem kokosowym.

Dieta bezjajeczna: jajko zastąpione szynką z indyka, klopsy bez jaj.

Dieta bezglutenowa: pieczywo zastąpione pieczywem bezglutenowym, krupnik z kaszy jaglanej.

Dieta bezcukrowa: napoje bez dosładzania.

Sok zastąpiony sokiem jabłkowym.