

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

08.01.2024

Obiad
Kapuśniak z kapusty białej: woda, porcje, marchew, seler, kapusta biała, ziemniaki, przyprawy, kiełbasa biała
Ryż na mleku z maliną i jogurtem: ryż, mleko 2% tłuszczu, jogurt naturalny 3% tłuszczu, malina
Marchew
Woda z pomarańczą
Alergeny: 1, 3, 7, 9

Wtorek

09.01.2024

Obiad
Barszcz czerwony z makaronem: woda, wołowina, buraki, przyprawy, seler, śmietana 18% mleko łącznie z laktozą, makaron(mąka, jaja, woda)
Kotlet schabowy smażony: schab, jaja, bułka tarta, olej
Ziemniaki
Fasola zielona z wody: woda, fasola zielona cięta, masło
Pomarańcza
Woda z cytryną i miodem
Alergeny: 1, 3, 7, 9

Środa

10.01.2024

Obiad
Zupa grochowa: woda, wołowina, groch, marchew, seler, ziemniaki, przyprawy
Pierogi z truskawką: mąka, jaja, truskawki, jogurt naturalny 3% tłuszczu
Rzodkiewka
Kompot wiśniowy
Alergeny: 1, 3, 7, 9

Czwartek

11.01.2024

Obiad
Zupa kalafiorowa: woda, wołowina, marchew, seler, kalafior, ziemniaki, śmietana 18% mleko łącznie z laktozą
Potrawka z indyka : indyk, marchew, seler, przyprawy, mąka
Surówka z marchwi: marchew, jabłka, jogurt naturalny 3% tłuszczu
Ziemniaki
Kompot jabłkowy
Alergeny: 1, 3, 7, 9

Piątek

12.01.2024

Obiad
Krupnik: woda, wołowina, marchew, kasza jęczmienna drobna, seler, ziemniaki, przyprawy
Kotlet rybny smażony: ryba, jaja, bułka tarta, zioła
Warzywa z wody
Sos tzatzyki: jogurt naturalny, koper, oliwa z oliwek, limonki, czosnek, ogórki
Jabłko
Woda niegazowana
Alergeny: 1, 3, 4, 7, 9