



JADŁOSPIS 11.11.2019 PONIEDZIAŁEK

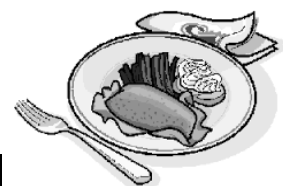
Dieta	Śniadanie	Obiad	Podw.	Kolacja
podstawowa	Herbata 250ml Zupa mleczna z zacierką 200ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata polędwica dr 40g Twarożek z zieleniną 40 Pomidor 20g 1,3,7	Pomidorowa z ryżem 450ml Filet z kurczaka panierowany 100 ziemniaki 200, bukiet warzyw 120Kompot 250ml 3,7,9	rogal Marciński 1 szt 1,3,7	Herbata 250 masło 15g,sałata 150g Pieczywo 150g sałatka jarzynowa100, szynka konserwowa 40 1,3,7
lekkostrawna	Herbata 250ml Zupa mleczna z zacierką 200ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Polędwica dr 40g Twarożek z ziel40g Pomidor 20g 1,3,7	Pomidorowa z ryżem 450ml Filet z kurczaka duszony 100,sos naturalny -lekki 100, ziemniaki 200,bukiet warzyw 120 Kompot 250ml 3,7,9	rogal Marciński 1,3,7	Herbata 250 masło 15g,sałata 150g Pieczywo 150g sałatka jarzynowa100, szynka konserwowa 40 1,3,7
Cukrzycowa	Herbata 250ml Zupa mleczna z zacierką 200ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Polędwica dr 40g Twarożek z ziel. 40g Pomidor 20g 1,3,7	Pomidorowa z ryżem 450ml Filet z kurczaka duszony 100,sos naturalny -lekki 100, ziemniaki 200,bukiet warzyw 120 Kompot 250ml 3,7,9	rogal Marciński 1 szt 1,3,7	Herbata 250 masło 15g, sałata 150g Pieczywo 150g sałatka jarzynowa100, szynka konserwowa 40 1,3,7

KALORIE



Dieta	Śniadanie	Obiad	Podw.	Kolacja
podstawowa	Herbata 250ml Kakao 200ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata k. szynkowa 40 metka 40g Rzodkiewka 20g 1,3,7	Zupa jarzynowa 450ml Szare kluski z okrasą,250 Kapusta kiszona 120 Kompot 250ml 3,7,9	Soczek 1szt	Herbata 250 masło 15g,sałata Pieczywo 150g Jajko gotowane 1szt Majonez 20g Szynka krakowska 30g Pomidor 20g 1,3,7
lekkostrawna	Herbata 250ml Kakao 200ml Pieczywo 150g Masło 15g k szynkowa 40 Ser topiony 30g Warzywo got 30 1,3,7	Zupa jarzynowa 450ml Szare kluski z masłem ,250 Marchewka z groszkiem 120 Kompot 250ml 3,7,9	Soczek 1szt	Herbata 250 masło 15g, Pieczywo 150g Jajko gotowane 1szt Ketchup 20g Szynka krakowska 30g Pomidor 20g 1,3,7
cukrzycowa	Herbata 250ml Kakao 200ml Pieczywo 150g Masło 15g kiełbasa szynkowa 40metka40g Rzodkiewka20g 1,3,7	Zupa jarzynowa 450ml Szare kluski z okrasą,250 Kapusta kiszona 120 Kompot 250ml 3,7,9	Soczek 1szt	Herbata 250 masło 15g, Pieczywo 150g Jajko gotowane 1szt Ketchup 20g Szynka krakowska 30g Pomidor

KALORIE- 2430



Dieta	Śniadanie	Obiad	Podw.	Kolacja
podstawowa	Herbata 250ml Mleko 200ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Salceson 40g Ser żółty 40 Papryka kons20g 1,3,7	Zupa flaczki drobiowe 450g Gołąbek w kapuście gotowany w sosie pomidorowym 100/100g Ziemniaki 200g Kompot 250 ml 3,7,9	jogurt owocowy 1,	Herbata 250 Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Mortadela smażona z cebulką 100g/50g cebulka 1,3,7
lekkostrawna	Herbata 250ml Mleko 200ml Pieczywo 150g Masło 15g Szynka 40g Twarożek z zieleniną 40g Pomidor 20g 1,3,7	Zupa flaczki drobiowe 450g Gołąbek w kapuście gotowany w sosie pomidorowym 100/100g Ziemniaki 200g Kompot 250 ml 3,7,9	Jogurt owocowy 1,	Herbata 250 Pieczywo 150g Masło 15g Makaron z jajkiem 150 1,3,7
cukrzycowa	Herbata 250ml Mleko 200ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Szynka 40g Ser żółty 40g Papryka św20g 1,3,7	Zupa flaczki drobiowe 450g Gołąbek w kapuście gotowany w sosie pomidorowym 150/100g Ziemniaki 200g Kompot 250 ml 3,7,9	jogurt owocowy 1,	Herbata 250 Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Mortadela smażona z cebulką 100g/50g cebulka 1,3,7



JADŁOSPIS 14.11.2019 CZWARTEK

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podw.	Kolacja
podstawowa	Herbata 250ml Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Kiełbasa śląska na ciepło 90g-100g Do wyboru: Musztarda 20g/ Chrzan 20g 1,3,7	Koperkowa z ziemniakami 450ml Pierogi leniwe z cukrem 300g Kompot 250ml 3,7,9	Jabłko 1 szt (150 g) 1,	Herbata 250 masło 15g,sałata Pieczywo 150g Bigos 150g 1,3,7
lekkostrawna	Herbata 250ml Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Parówka na ciepło 90g-100g Ketchup 20g 1,3,7	Koperkowa z ziemniakami 450ml Pierogi leniwe z cukrem 300g Kompot 250ml 3,7,9	Jabłko 1 szt 1,	Herbata 250 masło 15g,sałata Pieczywo 150g Bigos warzywny 150g 1,3,7
cukrzycowa	Herbata 250ml Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Kiełbasa śląska na ciepło 90g-100g Ketchup 20g 1,3,7	Koperkowa z ziemniakami 450g Pierogi leniwe z masełkiem 300g Kompot 250ml 3,7,9	Jabłko 1 szt (150 g) 1,	Herbata 250 masło 15g, sałata Pieczywo 150g Bigos 150g 1,3,7

Śniadanie :1 porcja :szynkowa 40, ser topiony 30, ketchup 20

KALORIE- 2418



Dieta	Śniadanie	Obiad	Podw.	Kolacja
podstawowa	Herbata 250ml Pieczywo 150g Polewka Masło 15g,sałata Twarożek z rzodkiewka i zieleniną 100g 1,3,7	Barszcz ukraiński 450ml Ryba panierowana100g Ziemniaki 200g Kapusta biała gotowana120g Kompot 250ml 3,7,9	bułka maślana z masłem 1,3,7	Herbata 250 masło 15g, sałata Pieczywo 150g Makrela wędzona 80g Ogórek konserwowy tarty 20g 1,3,7
lekkostrawna	Herbata 250ml Pieczywo 150g Polewka Masło 15g,sałata Twarożek z rzodkiewka i zieleniną 100g 1,3,7	Barszcz ukraiński 450ml Ryba gotowana 100g Ziemniaki 200g Sos grecki 150Kompot 250ml 3,7,9	bułka maślana z masłem 1,3,7	Herbata 250 masło 15g,sałata Pieczywo 150g Ser topiony 40g jajko 1 szt Pomidor 20g 1,3,7
cukrzycowa	Herbata 250ml Pieczywo 150g Polewka Masło 15gSAŁATA Twarożek z rzodkiewka i zieleniną 100g 1,3,7	Barszcz ukraiński 450ml Ryba smażona 100g Ziemniaki 200g Kapusta biała gotowana 120g Kompot 250ml 3,7,9	bułka maślana z masłem 1,	Herbata 250 masło 15gSAŁATA, Pieczywo 150g Makrela wędzona 80g Ogórek konserwowy tarty 20g 1,3,7



JADŁOSPIS 16.11.2019 SOBOTA

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podw.	Kolacja
podstawowa	Herbata 250ml Kakao 250ml Pieczywo 15g Masło 15g,sałata Jajecznicza na maśle z dwóch jaj ze szczypiorkiem 1,3,7	Kalafiorowa z makaronem 450ml Medaliony drobiowe z warzywami 100 g Ziemniaki 200g Kapusta modra gotowana 120g Kompot 250ml 3,7,9	Galaretka z owocem 250g 1,	Herbata 250 masło 15g, Pieczywo 150g Wątrobianka 50g Szynka dr. 30g Papryka konserwowa 20g 1,3,7
lekkostrawna	Herbata 250ml Kakao 250ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Jajecznicza maśle z dwóch jaj 1,3,7	Kalafiorowa z makaronem 450ml Pulpet drobiowo-warzywny 100g/ w sosie własnym 50g Ziemniaki 200g szpinak 120 g Kompot 250ml 3,7,9	Galaretka z owocem 250g 1,	Herbata 250 masło 15g, Pieczywo 150g Twarożek koperkowy 50g Szynka dr. 30g Pomidor 20g 1,3,7
cukrzycowa	Herbata 250ml Kakao 250ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Jajecznicza na maśle z dwóch jaj ze szczypiorkiem 1,3,7	Kalafiorowa z makaronem 450ml Medalion drobiowy z warzywami 100 Ziemniaki 200g Kapusta modra gotowana 120g Kompot 250ml 3,7,9	Galaretka z owocem 250g 1,	Herbata 250 masło 15g, Pieczywo 150g Wątrobianka 50g Szynka dr. 30g Papryka konserwowa 20g 1,3,7

KALORIE- 2320


JADŁOSPIS 17.11.2019 NIEDZIELA

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podw.	Kolacja
podstawowa	Herbata 250ml Kawa zbożowa 200ml Pieczywo 150g Masło 15g, sałata Kiełbasa biała 90-100g Chrzan 20g 1,3,7	Rosół z makaronem 450ml Udko pieczone 100, ziemniaki 200, fasolka szparagowa 120 Kompot 250ml 3,7,9	babka 90 1,3,7	Herbata 250 masło 15g, sałata Pieczywo 150g fasolka po bretońsku 150g 1,3,7
lekkostrawna	Herbata 250ml Kawa zbożowa Pieczywo 150g Masło 15g, sałata serdelka 90-100 Ketchup 20g 1,3,7	Rosół z makaronem 450ml Udko gotowane 100, sos śmietanowy 100, ziemniaki 200, fasolka szparagowa 120 Bukiet warzyw 120g Kompot 250ml 3,7,9	babka 90 1,3,7	Herbata 250 masło 15g, sałata Pieczywo 150g Leczo warzywne 150 1,3,7
cukrzycowa	Herbata 250ml Kawa zbożowa 200ml Pieczywo 150g Masło 15g, sałata Kiełbasa biała 90-100 g chran 20g 1,3,7	Rosół z makaronem 450ml Udko pieczone 100, ziemniaki 200, fasolka szparagowa 120 Kompot 250ml 3,7,9	babka 1,3,7	Herbata 250 masło 15g, sałata Pieczywo 150g Leczo warzywne 150 1,3,7

KALORIE- 2210



JADŁOSPIS 18.11.2019 PONIEDZIAŁEK

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podw.	Kolacja
podstawowa	Herbata 250ml Pieczywo 150g Zupa mleczna z ryżem 200ml Masło 15g Szynka ogonówka 40g Ser topiony 40g Ogórek konserwowy 20g 1,3,7	Zupa gulaszowa 550ml z Gzik 150, ziemniaki 200 Kompot 250ml 3,7,9	Budyń na ciepło z sokiem 250ml 1,	Herbata 250 masło 15g, sałata Pieczywo 150g, galart drobiowy 100 Ocet 1,3,7
lekkostrawna	Herbata 250ml Pieczywo 150g Zupa mleczna z ryżem 200ml Masło 15g Szynka ogonówka 40g Ser topiony 40g Pomidor 20g 1,3,7	Zupa jarzynowa 550mlz Gzik 150, ziemniaki 200 Kompot 250ml 3,7,9	Budyń na ciepło z sokiem 250ml 1,	Herbata 250 masło 15g,sałata Pieczywo 150g Galart drobiowy100,cytryna 1,3,7
Cukrzycowa	Herbata 250ml Pieczywo 150g Zupa mleczna z ryżem 200ml Masło 15g Szynka ogonówka 40g Ser topiony 40g Ogórek konserwowy 20g 1,3,7	Zupa gulaszowa 550ml gzik 150, ziemniaki 200 Kompot 250ml 3,7,9	Budyń na ciepło 250ml 1,	Herbata 250 masło 15g, sałata Pieczywo 150g Galart drobiowy 100, ocet 1,3,7

KALORIE- 2200



JADŁOSPIS 19.11.2019 WTOREK

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podw.	Kolacja
podstawowa	Herbata 250ml Kakao 250ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Ser biały 50g Ser żółty wędzony 30g Pomidor ze szczypiorkiem20g 1,3,7	Krupnik 450ml Łopatka got. w sosie własnym 100g Sos 100ml ziemniaki200g Buraczki gotowane 120g Kompot 250ml 3,7,9	kiwi1 szt	Herbata 250 masło 15g,sałata Pieczywo 150g Kiełbaska z rusztu z cebulką 100/50 ,ketchup 1,9,10
lekkostrawna	Herbata 250ml Kakao 250ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Ser biały 50g Polędwica dr 30g Pomidor 20g 1,3,7	Krupnik 450ml Łopatka got. w sosie własnym 100g Sos 100ml ziemniaki200g Buraczki gotowane 120g Kompot 250ml 3,7,9	kiwi 1 szt	Herbata 250 masło 15g,sałata Pieczywo 150gkiełbaska na gorąco 100 ,ketchup 1,9,10
cukrzycowa	Herbata 250ml Kakao 250ml Pieczywo 150g Masło 15g,sałata Ser biały 50g Polędwica dr 30g Pomidor ze szczypiorkiem20g 1,3,7	Krupnik 450ml Łopatka got. w sosie własnym 100g Sos 100ml ziemniaki 200g Buraczki gotowane 120g Kompot 250ml 3,7,9	kiwi 1 szt	Herbata 250 masło 15g, sałata Pieczywo 150gkiełbaska z rusztu z cebulką 100/50 ,ketchup 1,9,10

KALORIE- 2420

1 porcja kolacji : k.szynkowa 40, ser żółty 40, pomidor 20



JADŁOSPIS 20.11.2019 Środa

Dieta	Śniadanie	Obiad	Podw.	Kolacja
podstawowa	Herbata 250ml, Zupa mleczna z manna Pieczywo 150g Masło 15g Ser topiony 40g szynka kons.20g Pomidor z cebulką 40g 1,3,7	Zupa szczawiowa z jajkiem 450, Kotlet mielony 100, sos własny , ziemniaki 200, kapusta Kisz got 120 Kompot 250ml 1,3,7,9	kisiel z tartym jabłkiem 200	Herbata 250 masło 15g, Pieczywo 150g sałatka ziemniaczana 100, kiełbasa krakowska 40 1,3,7
lekkostrawna	Herbata 250ml,Zupa mleczna z manna Pieczywo 150g Masło 15g Ser topiony 40g szynka kons.40g, pomidor 20	Zupa szczawiowa z jajkiem 450, Kotlet mielony 100, sos własny , ziemniaki 200, marchewka z groszkiem Kompot 250ml 1,3,7,9	kisiel z tartym jabłkiem 1,7,3	Herbata 250 masło 15g, Pieczywo sałatka ziemniaczana 100, kiełbasa krakowska 40 1,3,7
cukrzycowa	Herbata 250ml,Zupa mleczna z manna Pieczywo 150g Masło 15g Ser topiony 40g szynka kons.40g, pomidor 20 1,3,7	Zupa szczawiowa z jajkiem 450, , Kotlet mielony 100, sos własny , ziemniaki 200, kapusta Kisz got 120 Kompot 250ml 1,3,7,9	kisiel z tartym jabłkiem	Herbata 250 masło 15g, Pieczywo 150gsałatka ziemniaczana 100, kiełbasa krakowska 40 1,3,7

,

KALORIE- 2355