

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja
2023-12-11 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g pł. jaglane na mleku 400 ml (BIA) szynka galicyjska 40 g (MIĘ) pomidor 30 g Sałata 10 g szynka włoska 20 g (MIĘ)		Kompot 300 ml zupa warzywna 400 ml (BIA, SEL) schab duszony 100 g (MIĘ) ziemniaki gotowane 170 g sos pieczeniowy 50 g warzywa gotowane 120 g		Pieczyno pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Dżem 25 g pomidor 40 g schab w ziołach 40 g
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczyno razowe 100 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Ogórek 30 g Sałata 10 g humus z fasoli 30 g	Pieczyno razowe 50 g (ŻYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek ziołowy 50 g (BIA)	zupa warzywna 400 ml (BIA, SEL) Kompot 300 ml schab duszony 100 g (MIĘ) sos pieczeniowy 50 g ziemniaki gotowane 170 g surówka z kapusty włoskiej 120 g	pomarańcza 1 szt	Pieczyno razowe 150 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml jabłko 1 szt pomidor 40 g schab w ziołach 40 g

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja
2023-12-12 wtorek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g płatki ryżowe na mleku 400 ml (BIA) szynka firmowa 40 g (MIĘ) schab gotowany 20 g (MIĘ) pomidor 40 g		Kompot 300 ml barszcz czerwony czysty z ziemniakami 400 g (SEL) kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) bukiet warzyw 120 g pieczeń z pietruszką 100 g (JAJ, MIĘ, GOR) sos jasny 50 g		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g pierś wędzona z indyka 40 g twarożek ziołowy 30 g (BIA) pomidor 40 g
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml szynka firmowa 40 g (MIĘ) jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g	Kompot 300 ml barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) surówka colesław 120 g (JAJ) pieczeń z pietruszką 100 g (JAJ, MIĘ, GOR) sos jasny 50 g	jogurt naturalny 150 g (BIA)	Pieczywo razowe 150 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml pierś wędzona z indyka 40 g twarożek ziołowy 30 g (BIA) Ogórek 40 g

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja
2023-12-13 środa	IMW dieta łatwostrawna	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g zacierki na mleku 400 g (BIA) ser biały 90 g (BIA) schab pieczony w ziołach 20 g (MIE) miód naturalny 25 g Sałata 10 g		Kompot 300 ml zupa krupnik 400 ml (SEL) udko gotowane 150 g sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL) ziemniaki gotowane 170 g brokuł gotowany 120 g		Pieczyno pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g szynka wiejska 40 g pasta warzywna 40 g pomidor 40 g
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczyno razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml ser biały 90 g (BIA) schab pieczony w ziołach 20 g (MIE) Sałata 10 g jabłko 1 szt	Pieczyno razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) pasta kalafiorowa 40 g (JAJ)	Kompot 300 ml ziemniaki gotowane 170 g zupa krupnik 400 ml (SEL) udko gotowane 150 g sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL) surówka z kapusty czerwonej 120 g	kisiel 200 ml	Pieczyno razowe 150 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml szynka wiejska 40 g pasta warzywna 40 g pomidor 40 g

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja
2023-12-14 czwartek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g płatki owsiane na mleku 400 ml (BIA, GLU) pierś wędzona z indyka 40 g pasta warzywna 40 g pomidor 40 g		Kompot 300 ml zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (SEL) makaron gotowany 170 g sos boloński 150 g (GLU, MIE) Marchewka gotowana mini 120 g (BIA, GLU)		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g twarożek ziołowy 90 g (BIA) szynka galicyjska 20 g (MIE) cykorcia 40 g
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml pierś wędzona z indyka 40 g pasta warzywna 40 g Ogórek 40 g	schab pieczony 30 g (MIE) Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot 300 ml zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (SEL) makaron razowy got. 170 g sos boloński 150 g (GLU, MIE) surówka z białej kapusty z koperkiem 120 g	budyń 200 ml (BIA)	Pieczywo razowe 150 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml twarożek ziołowy 90 g (BIA) szynka galicyjska 20 g (MIE) pomidor 40 g

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja
2023-12-15 piątek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g kasza manna na mleku 400 ml (BIA) szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Połędwica sopocka 20 g pomidor 30 g Sałata 10 g		Kompot 300 ml zupa z groszkiem cukrowym i makaronem 400 g (BIA, SEL) filet z miruny na parze 100 g (Ryb) sos jarzynowy 50 g (SEL) ziemniaki gotowane 170 g warzywa po grecku 120 g		Pieczyno pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g schab słowiański 40 g pasta warzywna 40 g pomidor 40 g
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczyno razowe 100 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Połędwica sopocka 20 g ogórek świeży 30 g Sałata 10 g	Pieczyno razowe 50 g (ŻYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) pasta warzywna 40 g	Kompot 300 ml ziemniaki gotowane 170 g zupa z groszkiem cukrowym i makaronem 400 g (BIA, SEL) filet z miruny na parze 100 g (Ryb) sos jarzynowy 50 g (SEL) surówka z kapusty pekińskiej 120 g (GLU)	jabłko 1 szt	Pieczyno razowe 150 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml schab słowiański 40 g Połędwica sopocka 20 g pomidor bez skórki 40 g

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja
2023-12-16 sobota	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g kawa zbożowa na mleku 400 ml (BIA) pierś wędzona z indyka 40 g schab gotowany 20 g (MIĘ) pomidor 40 g		Kompot 300 ml zupa solferino 400 g potrawka z kurczakiem z marchewką 150 g (SEL) ryż gotowany 170 g bukiet warzyw 120 g		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Polędwica sopocka 40 g sałatka jarzynowa dietetyczna 80 g (JAJ, SEL) pomidor 40 g
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml kawa zbożowa na mleku 400 ml (BIA) pierś wędzona z indyka 40 g schab gotowany 20 g (MIĘ) pomidor 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek ziołowy 50 g (BIA)	Kompot 300 ml zupa solferino 400 g potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) ryż brązowy 170 g surówka colesław 120 g (JAJ)	jogurt naturalny 150 g (BIA)	Pieczywo razowe 150 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Polędwica sopocka 40 g sałatka jarzynowa dietetyczna 80 g (JAJ, SEL) Ogórek 40 g

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja
2023-12-17 niedziela	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g kawa zbożowa na mleku 400 ml (BIA) ser biały 90 g (BIA) Połudwica sopocka 20 g Dżem 25 g Sałata 10 g		Kompot 300 ml zupa pomidorowa z ryżem czysta 400 ml (SEL) schab pieczony 100 g (MIĘ) sos pietruszkowy 50 g (BIA) fasolka szparagowa z wody 120 g ziemniaki gotowane 170 g		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g pierś wędzona z indyka 40 g szynka włoska 20 g (MIĘ) pomidor 40 g
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml kawa zbożowa na mleku 400 ml (BIA) ser biały 90 g (BIA) Połudwica sopocka 20 g jabłko 1 szt Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) schab pieczony 30 g (MIĘ)	Kompot 300 ml ziemniaki gotowane 170 g zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) schab pieczony 100 g (MIĘ) sos pietruszkowy 50 g (BIA) surówka francuska 120 g (JAJ)	serek homogenizowany 100 g (BIA)	Pieczywo razowe 150 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml pierś wędzona z indyka 40 g szynka włoska 20 g (MIĘ) pomidor 40 g
2023-12-18 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g szynka wójtka 40 g (MIĘ) szynka galicyjska 20 g (MIĘ) pomidor 40 g kasza kukurydziana na mleku 400 g (BIA)		Kompot 300 ml barszcz biały z ziemniakami 400 g (BIA) bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) sos pieczeniowy 50 g brokuł gotowany 120 g		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g schab słowiański 40 g szynka galicyjska 20 g (MIĘ) pomidor 40 g

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja
2023-12-18 poniedziałek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml szynka wójta 40 g (MIĘ) jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) pasta z pieczoną dynią 50 g (BIA)	Kompot 300 ml barszcz biały z ziemniakami 400 g (BIA) bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) sos pieczeniowy 50 g surówka z kapusty pekińskiej 120 g (GLU) kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU)	kisiel 200 ml	Pieczywo razowe 150 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml schab słowiański 40 g szynka wiejska 20 g Ogórek 40 g
2023-12-19 wtorek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g płatki jęczmienne na mleku 400 ml (BIA, GLU) Połudwica sopocka 40 g szynka firmowa 20 g (MIĘ) pomidor 40 g		Kompot 300 ml zupa kartoflanka 400 ml (GLU, SEL) makaron gotowany 170 g ser biały z prażonym jabłkiem 150 g (BIA)		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g szynka galicyjska 40 g (MIĘ) sałatka z ryżem, szynką i warzywami 80 g cykorcia 40 g

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja
2023-12-19 wtorek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Południca sopocka 40 g humus z fasoli 30 g pomidor 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek z koperkiem 50 g (BIA)	Kompot 300 ml ziemniaki gotowane 170 g zupa kartoflanka 400 ml (GLU, SEL) ser biały z prażonym jabłkiem 150 g (BIA) makaron razowy got. 170 g	banan 1 szt	Pieczywo razowe 150 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml szynka galicyjska 40 g (MIĘ) sałatka z ryżem, szynką i warzywami 80 g cykorcia 40 g
2023-12-20 środa	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g płatki ryżowe na mleku 400 ml (BIA) schab pieczony w ziołach 40 g (MIĘ) szynka wiejska 20 g pomidor 40 g		Kompot 300 ml zupa jarzynowa 400 ml (BIA, SEL) kotlet mielony got.na parze 100 g (MIĘ) sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL) ziemniaki gotowane 170 g Buraczki 120 g (GLU)		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g twaróg (ser biały) 90 g (BIA) szynka włoska 20 g (MIĘ) Dżem 25 g

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja
2023-12-20 środa	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml jajko gotowane 2 szt (JAJ) szynka wiejska 20 g Ogórek 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) pasta warzywna 40 g	zupa jarzynowa 400 ml (BIA, SEL) Kompot 300 ml ziemniaki gotowane 170 g kotlet mielony got.na parze 100 g (MIĘ) sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL) surówka z białej kapusty 120 g	jogurt naturalny 150 g (BIA)	Pieczywo razowe 150 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml twaróg (ser biały) 90 g (BIA) szynka włoska 20 g (MIĘ) jabłko 1 szt

P.P.H."KUDASZEWICZ"

Sulbiny, ul. Wspólna 71, 08-400, Garwolin

Oznaczenia alergenów:

- BIA - Białko mleka krowiego,
- GLU - Gluten,
- JAJ - Jaja kurze,
- MIEŃ - Mięso wołowe,
- MIEŃ - Mięso wieprzowe,
- ORZ - Orzechy ziemne,
- ORZ - Orzechy archaidowe,
- ORZ - Orzechy włoskie,
- SEL - Seler,
- DWU - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- RYB - Ryby,
- SKO - Skorupiaki,
- MIEŃ - Mięczaki,
- SOJ - Soja,
- ROŚ - Rośliny strączkowe,
- GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
- ZIA - Ziarno sezamu,
- ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
- ŻYT - Żyto,
- KAM - Kamut,