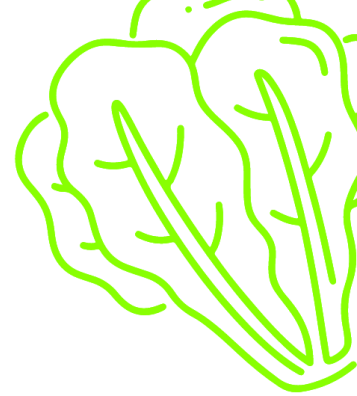
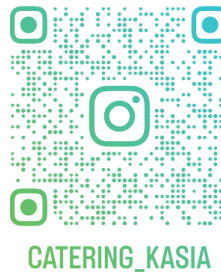




DIETA PODSTAWOWA

28.04.25-30.04.25

Poniedziałek

- Zupa jarzynowa Julienne z natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- Filet z kurczaka w delikatnym sosie curry (90g), surówka z czerwonej kapusty, jabłka i pora z oliwą z oliwek (100g), ryż (150g), kompot owocowy (200ml)

Wtorek

- Zupa kalafiorowa z natką pietruszki, **śmietanką** na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- **Kotlet** mielony z szynki (90g), sałata masłowa na **jogurcie naturalnym** (100g) ziemniaki gotowane z koperkiem (150g) kompot owocowy (200ml) pszenica, jaja

Środa

- Zupa botwinkowa ze **śmietanką** z natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- **Makaron** Fusilli z sosem **serowo- jogurtowym** z truskawkami (240g), surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, marchewki z pestkami słonecznika i oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml) pszenica, mleko

Czwartek

ŚWIĘTO PRACY

Piątek

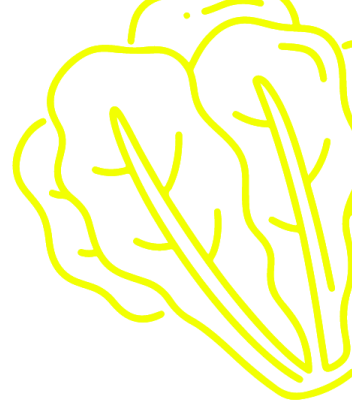
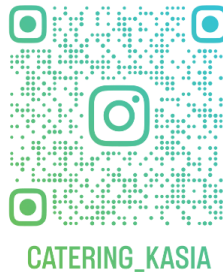
DZIEŃ WOLNY

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
gruszka, jabłko, pomarańcza

Opracowanie jadłospisu:

Dietetyk mgr Paulina Nieżychowska

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.



DIETA BEZMLECZNA, BEZJAJECZNA

28.04.25-30.04.25

Poniedziałek

- Zupa jarzynowa Julienne z natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- Filet z kurczaka w delikatnym sosie curry (90g), surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem, porem i oliwą z oliwek (100g), ryż (150g), kompot owocowy (200ml)

Wtorek

- Zupa kalafiorowa z natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Kotlet** mielony z szynki (90g), sałata masłowa na jogurcie roślinnym (100g) ziemniaki gotowane z koperkiem (150g) kompot owocowy (200ml) pszenica

Środa

- Zupa botwinkowa ze śmietanką roślinną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Makaron** Fusilli z sosem na jogurcie wegańskim z truskawkami (240g), surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, marchewki z pestkami słonecznika i oliwą z oliwek (100g) kompot owocowy (200ml) pszenica

Czwartek

ŚWIĘTO PRACY

Piątek

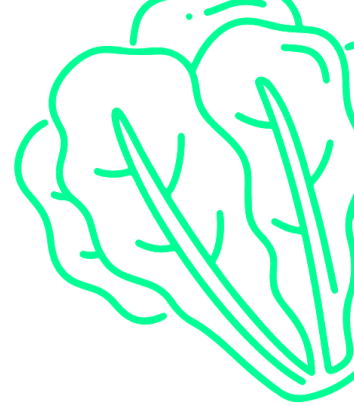
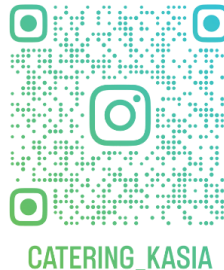
DZIEŃ WOLNY

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
gruszka, jabłko, pomarańcza

Opracowanie jadłospisu:

Dietetyk mgr Paulina Nieżychowska

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.



DIETA BEZGLUTENOWA

28.04.25-30.04.25

Poniedziałek

- Zupa jarzynowa Julienne z natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- Filet z kurczaka w delikatnym sosie curry (90g), surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem, porem i oliwą z oliwek (100g), ryż (150g), kompot owocowy (200ml)

Wtorek

- Zupa kalafiorowa z natką pietruszki, **śmietanką** na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- **Kotlet** mielony z szynki (90g), sałata masłowa na **jogurcie naturalnym** (100g) ziemniaki gotowane z koperkiem (150g) kompot owocowy (200ml) mleko, jaja

Środa

- Zupa botwinkowa ze **śmietanką** z natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- Bezglutenowy makaron Fusilli z sosem **serowo- jogurtowym** z truskawkami (240g), surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, marchewki z pestkami słonecznika i oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml) mleko

Czwartek

ŚWIĘTO PRACY

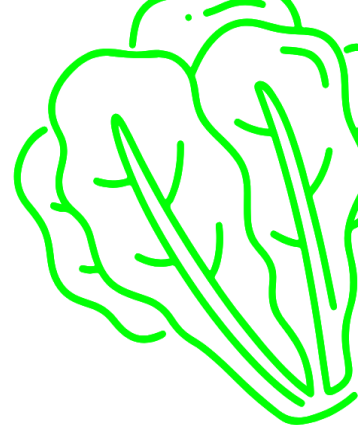
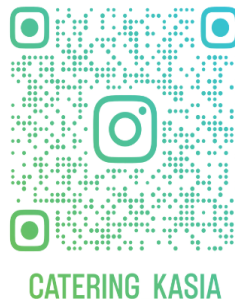
Piątek

DZIEŃ WOLNY

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
gruszka, jabłko, pomarańcza

Opracowanie jadłospisu:

Dietetyk mgr Paulina Niezychowska



DIETA WEGETARIAŃSKA

28.04.25-30.04.25

Poniedziałek

- Zupa jarzynowa Julienne z natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- Warzywa w delikatnym sosie curry (90g), surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem, porem i oliwą z oliwek (100g), ryż (150g), kompot owocowy (200ml)

Wtorek

- Zupa kalafiorowa z natką pietruszki, **śmietanką** na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- **Kotlety jajeczne** (90g), sałata masłowa na **jogurcie naturalnym** (100g) ziemniaki gotowane z koperkiem (150g) kompot owocowy (200ml) pszenica, mleko, jaja

Środa

- Zupa botwinkowa ze **śmietanką** z natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- **Makaron** Fusilli z sosem **serowo- jogurtowym** z truskawkami (240g), surówka z kapusty pekińskiej, jabłek, marchewki z pestkami słonecznika i oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml) pszenica, mleko

Czwartek

ŚWIĘTO PRACY

Piątek

DZIEŃ WOLNY

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru: gruszka, jabłko, pomarańcza

Opracowanie jadłospisu:

Dietetyk mgr Paulina Niezychowska

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.