

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.09.2025 (środa)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: zacierka na mleku 200ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata 220mlOBIAD: zupa koperkowa 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, potrawka z kurczaka 100g (1), surówka z kapusty czerwonej 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek topiony 34g (7), sałata 30gOBIAD: zupa koperkowa 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, potrawka z kurczaka 100g (1), surówka z kapusty czerwonej 130g kompot b/c220ml PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata b/c220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, potrawka z kurczaka 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 1

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.09.2025 (środa)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: zacierka na mleku 200ml (1,7)margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), zupa mleczna z ryżem 300g (7), jajo gotowane 2szt (3), pomidor 50g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa koperkowa 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, potrawka z kurczaka 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty bez laktozy 60g , szczypior 50g, tarta rzodkiewka 40g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa koperkowa 300g (9,1), makaron bezglutenowy z twarogiem naturalnym i cynamonem 300g (1,7)PODWIECZOREK: biszkopt bezglutenowy ok.100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa niezabielana 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, potrawka z kurczaka 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: zacierka na mleku 200 ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220ml OBIAD: zupa koperkowa 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, potrawka kurczaka 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, potrawka z kurczaka 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, potrawka z kurczaka 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 1

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.09.2025 (czwartek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: zupa mleczna 200g (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6), serek topiony 20g (7),dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), łazanki z kapustą 250g (1), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6), serek topiony 20g (7),dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor100g, herbata owocowa b/c220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek wiejski 200g (7), sałata lodowa 30gOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), łazanki z kapustą 250g (1), kompot owocowy b/c220mlPODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6), serek topiony 20g (7),dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor100g, herbata owocowa 220ml OBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), łazanki z kapustą 250g (1), kompot owocowy 220ml PODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220ml |

 2

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.09.2025 (czwartek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: zupa mleczna 200g (7),margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem brzoskwiniowy 50g, pomidor 100g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: sałatka owocowa 100gOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), łazanki z kapustą 250g (1), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem brzoskwiniowy 50g, pomidor 100g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: sałatka owocowa 100gOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), łazanki z kapustą (makaron bezgl) 250g (1), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem brzoskwiniowy 50g, pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9),łazanki z kapustą 250g (1), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: zupa mleczna 200g (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem brzoskwiniowy 25g, serek topiony 20g (7), pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), łazanki z kapustą 250g (1) kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6), serek topiony 20g (7),dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor100g, herbata owocowa 220ml OBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), łazanki z kapustą 250g (1), kompot owocowy 220ml PODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem brzoskwiniowy 25g, serek topiony 20g (7), pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), łazanki z kapustą 250g (1), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220ml |

 2

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.09.2025 (piątek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza kukurydziana na mleku 200ml (7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6),dżem niskosłodzony truskawkowy 25g ,sałata lodowa 30g, kawa zbożowa na mleku (1,7) 220mlOBIAD: zupa krupnik 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, paluszki rybne 2szt (4), buraczki z cebulą i olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6),serek fromage 40g (7), sałata lodowa 30g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,7) 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek topiony 20g (7),sałata 30gOBIAD: zupa krupnik 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, paluszki rybne 2szt (4), buraczki z cebulą i olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy b/c 220mlPODWIECZOREK: mix warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6),serek fromage 40g (7), sałata lodowa 30g, kawa zbożowa na mleku(1,7) 220mlOBIAD: zupa krupnik 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, paluszki rybne 2 szt (4), buraczki got. tarte 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml |

 3

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.09.2025 (piątek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6),dżem niskosłodzony truskawkowy 25g ,sałata lodowa 30g, kawa zbożowa na mleku (1,7) 220mlŚNIADANIE II: kisiel 100mlOBIAD: zupa krupnik 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, paluszki rybne 2 szt (4),buraczki got. tarte 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), płatki ryżowe na mleku z miodem nasionami chia i malinami 300g (1,7), szynka gotowana 40g (6), herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: banan 100g, sok z marchwiOBIAD: zupa krupnik 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, paluszki rybne 2 szt (4), buraczki got. tarte 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: kasza jaglana na wodzie 200ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa krupnik 300g (1,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (cukinia, kalafior, brokuł, marchew, seler, pietruszka) 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, paluszki rybne 2 szt (4), buraczki got. tarte 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza kukurydziana na mleku 200ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6),dżem niskosłodzony truskawkowy 25g ,sałata lodowa 30g, kawa zbożowa na mleku (1,7) 220mlOBIAD: zupa krupnik 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, paluszki rybne 2szt (4),buraczki got. tarte 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6),serek fromage 40g (7), sałata lodowa 30g, kawa zbożowa na mleku(1,7) 220mlOBIAD: zupa krupnik 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, paluszki rybne 2 szt (4),buraczki got. tarte 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza kukurydziana na mleku 400ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa wieprzowa 60g (6),dżem niskosłodzony truskawkowy 25g ,sałata lodowa 30g, kawa zbożowa na mleku (1,7) 220mlOBIAD: zupa krupnik 300g (1,9), ziemniaki got. 250g, paluszki rybne 2 szt (4),buraczki got. tarte 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata czarna 220ml |

 3

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.09.2025 (sobota)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: zacierka na mleku 200ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 300g (1,9), makaron 250g (1), sos spagetti 100g (9), kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek topiony 34g (7), sałata 30gOBIAD: zupa jarzynowa 300g (1,9), makaron 250g (1), sos spagetti 100g (9), kompot b/c220ml PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata b/c220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 300g (1,9), makaron 250g (1), sos spagetti 100g(9), kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 4

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.09.2025 (sobota)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: zacierka na mleku 200ml (1,7)margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), zupa mleczna z ryżem 300g (7), jajo gotowane 2szt (3), pomidor 50g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa jarzynowa 300g (1,9), makaron 250g (1), sos spagetti 100g (9), kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty bez laktozy 60g , szczypior 50g, tarta rzodkiewka 40g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa jarzynowa 300g (9,1), makaron bezglutenowy z twarogiem naturalnym i cynamonem 300g (1,7)PODWIECZOREK: biszkopt bezglutenowy ok.100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa jarzynowa bez zabielania 300g (1,9), makaron 250g (1), sos spagetti 100g (9), kompot 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: zacierka na mleku 200 ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220ml OBIAD: zupa jarzynowa 300g (1,9), makaron 250g (1), sos spagetti 100g (9) kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 300g (1,9), makaron 250g (1), sos spagetti 100g (9), kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 300g (1,9), makaron 250g (1), potrawka z kurczaka 100g, sos spagetti 100g (9), kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 4

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2025 (niedziela)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: zupa mleczna 200g (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g (1), surówka z kapusty czerwonej 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: zupa mleczna 200g (7),wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek topiony 34g (7), sałata 30gOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g (1), surówka z kapusty czerwonej 130g kompot b/c220ml PODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wy borna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata b/c220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: zupa mleczna 200g (7), wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 400g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 5

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2025 (niedziela)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), zupa mleczna z ryżem 300g (7), jajo gotowane 2szt (3), pomidor 50g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g, schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty bez laktozy 60g , szczypior 50g, tarta rzodkiewka 40g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa rosół 350g (9,1), ziemniaki 250g, schab wieprzowy gotowany 100g, fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g PODWIECZOREK: biszkopt bezglutenowy 100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g, schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220ml OBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 5

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.09.2025 (poniedziałek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), ser żółty 60g (7),miód naturalny 25g, roszponka 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa grochowa z ziemniakami 400g (1,13,9), ryż z polewą 300g (1,7)kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek ziołowy20g (7), roszponka 30gOBIAD: zupa grochowa z ziemniakami 400g (1,13,9), ryż z polewą 300g (1,7)kompot owocowy b/c 220mlPODWIECZOREK: gruszka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), roszponka 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: gruszka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml |

 6

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.09.2025 (poniedziałek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), miód naturalny 25g, dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, roszponka 30g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: shake bananowo-truskawkowy 100mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), dżem niskosłodzony 50g, pomidor 100g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: shake bananowo-truskawkowy 100mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą 300g (1,7),kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), miód naturalny 25g, dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, roszponka 30g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż biały z jabłkiem 300g (1) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: płatki jęczmienne na mleku 400ml, wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7),miód naturalny 25g, roszponka 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), roszponka 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: gruszka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: płatki jęczmienne na mleku 400ml, wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7),miód naturalny 25g, roszponka 30g herbata czrna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220ml |

 6

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.09.2025 (wtorek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), ogórek kiszony 100g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa botwinka 300g (1,9),kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g(1,9), sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), ogórek kiszony 100g, herbata czarna b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa got. 40g (6), pomidor 50g OBIAD: zupa botwinka 300g (,9), (1,9), kasza gryczana 250g (1),klops wieprzowy z warzywami 50/50g, sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy b/c 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa botwinka 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g , sos pomidorowy 100g (1) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml |

 7

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.09.2025 (wtorek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlŚNIADANIE II: mus z przetartych owoców 100gOBIAD: zupa botwina 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g , sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220ml,PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), ciabatta z prosciutto 1szt, szynka parmeńska 60g (6), pomidor 50g,herbata czarna 220mlŚNIADANIE II: mus z przetartych owoców 100gOBIAD: zupa botwina 300g (1,9), ziemniaki got.250g, klopsik 100g (1,7), surówka z buraka czerwonego100g (10),kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: kasza jaglana na wodzie 200ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa botwina bez zabielania 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g, sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa botwina 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g , sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220ml,PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa botwina 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g , sos pomidorowy 100g (1) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa botwina 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g , sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220ml, PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml |

 7

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.09.2025 (środa)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7) wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata 220ml OBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata b/c220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek deliser 34g (7),sałata 30gOBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy b/c220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata b/c220mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (1,9), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220ml |

 8

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.09.2025 (środa)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlŚNIADANIE II: koktajl jogurtowy z bananem 100mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220ml PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser mocarella 50g (7), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1), herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: koktajl szpinakowy z bananem 100mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron bezgl 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: kasza jaglana na wodzie 200ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlOBIAD: zupa kapuśniak 400g (9,1), makaron 250g, gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata b/c220mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (1,9), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220ml |

 8

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.09.2025 (czwartek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: zupa mleczna 200ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata 220mlOBIAD: zupa barszcz biały 300g (1,9), ziemniaki got. 250g , pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 60g , surówka z kapusty czerwonej 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek topiony 34g (7), sałata 30gOBIAD: zupa barszcz biały 300g (1,9), ziemniaki got. 250g , pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 60g , surówka z kapusty czerwonej 130g kompot b/c220ml PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata b/c220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa barszcz biały 300g (1,9), ziemniaki got. 250g , pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 60g , fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 9

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.09.2025 (czwartek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: zupa mleczna 200ml (1,7)margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), zupa mleczna z ryżem 300g (7), jajo gotowane 2szt (3), pomidor 50g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa barszcz biały 300g (1,9), ziemniaki got. 250g , pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 60g ,fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty bez laktozy 60g , szczypior 50g, tarta rzodkiewka 40g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa barszcz biały 300g (9,1), makaron bezglutenowy z twarogiem naturalnym i cynamonem 300g (1,7)PODWIECZOREK: biszkopt bezglutenowy ok.100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa pomidorowa bez zabielania 300g (1,9), ziemniaki got. 250g , pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 60g , fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: zupa mleczna 200 ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220ml OBIAD: zupa barszcz biały 300g (1,9), ziemniaki got. 250g , pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 60g , fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa barszcz biały 300g (1,9), ziemniaki got. 250g , pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 60g , fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa barszcz biały 300g (1,9), ziemniaki got. 250g , pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 60g , fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 9

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.09.2025 (piątek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza jęczmienna na mleku 200ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa fasolowa 400g (9,13), ziemniaki got. 250g, ryba z pieca 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220 mlPODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, ogórek kiszony, pietruszka, marchew, seler, kukurydza, groszek) 100g (3,9) filet śledziowy w oleju rzepakowym z cebulką 100g (4,10), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek topiony 20g (7), sałata 30gOBIAD: zupa fasolowa 400g (9,13), ziemniaki got. 250g, ryba z pieca 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220mlPODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, ogórek kiszony, pietruszka, marchew, seler, kukurydza, groszek) 100g (3,9) filet śledziowy w oleju rzepakowym z cebulką 100g (4,10), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa fasolowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, ryba z pieca 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220ml PODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml |

 10

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.09.2025 (piątek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pierś z indyka 60g (6), sałata zielona 3 listki, herbata malinowa 220mlŚNIADANIE II: mandarynka 1szt./ok.100gOBIAD: zupa fasolowa 400g (9,13), ziemniaki got. 250g, ryba z pieca 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220mlPODWIECZOREK: jogurt naturalny z malinami 100/50g (7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym z olejem rzepakowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml , DIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty 60g (7), ogórek korniszon 100g, sałata 3 listkiŚNIADANIE II: kisiel z malinami 100mlOBIAD: zupa fasolowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, ryba z pieca 100g, surówka z kapusty włoskiej 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jogurt naturalny z musli bezglutenowym 100/60g (7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), pasta twarogowa ze szczypiorkiem 100g (7), pomidor 100g, papryka 100gDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: kasza manna na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), dżem brzoskwiniowy 50g, miód naturalny 25g , pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa fasolowa 400g (13,9), ziemniaki got.250g, ) , ryba z pieca 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220ml PODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym z olejem rzepakowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml ,  | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza jęczmienna na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa fasolowa 400g (9,13), ziemniaki got. 250g, ryba z pieca 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220mlPODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna b/c 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa fasolowa 400g (9,13), ziemniaki got. 250g, ryba z pieca 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220ml PODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza jęczmienna na mleku 400ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa fasolowa 400g (9,13), ziemniaki got. 250g, ryba z pieca 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220mlPODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna b/c 220ml |

 10