|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA | | | |  |
| DZIEŃ | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA |  |
| ***Poniedziałek*** | Chleb firmowy 120g  , masło 15g,  ser żółty 50g,  ogórek świeży - 30 g  kawa zbożowa z mlekiem 250ml | Żurek z ziemniakami 350ml, pieczeń rzymska w sosie własnym 150g,  surówka z buraczków i jabłka- 100g,  ziemniaki z zieleniną 200g | chleb firmowy 120g  , miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g  wędlina drobiowa 50g  surówka z pomidora z cebulką 30g, herbata 250ml |  |
| ***Wtorek*** | Chleb firmowy 120g  , masło- 15g,  kiełbasa dębicka-50g  kawa zbożowa z mlekiem 250ml  papryka czewona - 30g,(cukrzyca)  liść sałaty | Zupa jarzynowa 350ml  kluski ziemniaczane z boczkiem i kapustą 350g | chleb firmowy 120g  , miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g  ,twarożek - 70g,  jjabłko - 1szt.  herbata 250ml |  |
| ***Środa*** | Chleb firmowy 120g  , masło 15g,  wędlina drobiowo wieprzowa 50g  pomidor - 30g  kawa zbożowa z mlekiem 250ml | gulasz z żołądków 150g  ryż biały 200g,  surówka z ogórka kiszonego -100g | chleb firmowy 120g  , miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g,  kiełbasa żywiecka-50g,  papryka -30g  herbata 250ml |  |
| ***Czwartek*** | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, chleb firmowy 120g  , masło- 15g,  wędlina drobiowa 50g  sałata zielona | Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml  , ziemniaki z zieleniną- 200g  kotlet wieprzowy - 80g  bukiet warzyw- 100g | chleb firmowy 120g  , miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g,  galaretka drobiowa- 130g  herbata 250ml | , |
| ***Piątek*** | chleb firmowy 120g,  masło 15g  , dżem 70g  Kakao 300ml | Zupa krupnik 350ml  , jaja gotowane 2szt.  sos koperkowy 100ml  ,buraczki 100g  , ziemniaki z zieleniną 200g | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g, twarożek z rzodkiewką 70g  herbata 250ml |  |
| ***Sobota*** | chleb firmowy 120g,  masło-15g  liść sałaty  pomidor- 30g  wedlina drobiowa- 50  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml( | ziemniaki z zieleniną 200g  kiełbasa smażona z cebulką- 130g  surówka z kapusty białej - 100g | chleb firmowy 120g  , miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g  , polędwica drobiowa 50g  nektarynka  herbata 250ml |  |
| ***Niedziela*** | chleb firmowy 120g,  masło- 15g  , wędlina wieprzowa 50g  papryka 30  liść sałaty,  kawa zbożowa z mlekiem 250ml | Rosół z makaronem-350ml  udkoz kurczaka pieczone 120g  marchewka gotowana- 100g, ziemniaki z zieleniną 200g | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g  sałatka jarzynowa- 120g  herbata 250ml |  |

**JADŁOSPIS**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **DIETA LEKKOSTRAWNA i CUKRZYCA** | | | |  |
| DZIEŃ | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA |  |
| ***Poniedziałek*** | Chleb firmowy 120g  masło- 15  gtwaróg- 50g  pomidor 30g  kawa zbożowa z mlekiem 250ml | Zupa grysikowa 350ml  pieczeń rzymska w sosie własnym 150g,  surówka z buraczków i jabłka- 100g,  ziemniaki z zieleniną 200g | chleb firmowy 120g  , miks tłuszczowy do smarowania 65%15g  wędlina drobiowa-50  sałata zielona  herbata 250ml |  |
| ***Wtorek*** | Chleb firmowy 120g  kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7)  kiełbasa dębicka-50g  ogórek świeży- 30g | Zupa jarzynowa - 350ml  kopytka - 250g | chleb firmowy 120g  , miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g  ,twarożek - 70g,  jabłko - 1szt.  herbata 250ml |  |
| ***Środa*** | Chleb firmowy 120g  masło- 15g,  wędlina drobiowa- 50g  pomidor - 30g  kawa zbożowa z mlekiem 250ml | gulasz z żołądków 150g  ryż biały 200g,  brokuł gotowany-100g | chleb firmowy 120g  , miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g  kiełbasa żywiecka-50g  herbata 250ml |  |
| ***Czwartek*** | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml  chleb firmowy 120g  masło-15g  wędlina drobiowa 50g  sałata zielona | Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml  , ziemniaki - 200g  schab wieprzowy gotowany 90g  bukiet warzyw- 100g  sos pietruszkowy- 100ml | chleb firmowy 120g  , miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g,  galaretka drobiowa- 130g  herbata 250ml | , |
| ***Piątek*** | chleb firmowy 120g  masło-15g  dżem- 70g(lekka-I)  serek homogenizowany naturalny 150g  Kakao 300ml | Zupa krupnik 350ml  jjaja gotowane 2szt  sos koperkowy 100ml  buraczki 100g  ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g  ,miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g  twarożek- 70g  sałata zielona  herbata 250ml |  |
| ***Sobota*** | chleb firmowy 120g,  masło-15g  liść sałaty  pomidor- 30g  wedlina drobiowa- 50g  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml | ziemniaki- 200g  bitka wieprzowa- 90g  brokuł gotowany- 100g | chleb firmowy 120g  , miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g  polędwica drobiowa 70g  nektarynka  herbata 250ml |  |
| ***Niedziela*** | chleb firmowy 120g,  masło- 15g  , wędlina wieprzowa 50g  papryka 30, pomidor-lekka 30g  liść sałaty,  kawa zbożowa z mlekiem 250ml | Rosół z makaronem- 350ml  ziemniaki z zieleniną- 200g  udko z kurczaka gotowane- 120g  sos biały- 100 ml  marchewka gotowana - 100g | chleb firmowy- 120g  miks tłuszczowy do smarowania 65%- 15g  sałatka jarzynowa z jogurtem- 120g  herbata- 250ml |  |