

## Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024.12.21 do dnia 2024.12.31 KUCHNIA OGÓLNA

		1	3	5
		Śniadanie	Obiad	Kolacja
2024.12.21 sobota	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <b>GLU-psz, GLU-żył.</b> ) połędwica sopočka ( <b>SOJ.</b> ) jaja ( <b>JAJ.</b> ) sałata ziel. pomidory papryka jabłka. jogur owocowy ( <b>MLE.</b> )	zupa ryżowa(1) ( <b>MLE, SEL.</b> ) udka drob.piecz.(1) ziemniaki gotow.(1,2,6) sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,6,010) ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) buraczki got.(2,3,4,6) ( <b>GLU-psz.</b> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <b>GLU-psz, GLU-żył.</b> ) pasta z wot.(1,2,6) ( <b>SEL.</b> ) sałata ziel. ogórki Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <b>GLU-psz.</b> ) ser biały w plastrach (1,2,6) ( <b>MLE.</b> ) rzodkiewka
	(2)Dieta łatwostrawna	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <b>GLU-psz.</b> ) pasta z twarogu (1,2,6) ( <b>MLE.</b> ) szynka kons. ( <b>SOJ.</b> ) sałata ziel. jabłka pieczone.(1,2) jogur owocowy ( <b>MLE.</b> )	zupa ryżowa(2,6) ( <b>MLE, SEL.</b> ) udka dr.got w jarz.(2,6) ( <b>SEL.</b> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) buraczki got.(2,3,4,6) ( <b>GLU-psz.</b> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <b>GLU-psz.</b> ) pasta z wot.(1,2,6) ( <b>SEL.</b> ) sałata ziel. Kolacja II- godz 21 (2,3,4) ( <b>GLU-psz.</b> ) dżem
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <b>GLU-psz, GLU-żył.</b> ) połędwica sopočka ( <b>SOJ.</b> ) jaja ( <b>JAJ.</b> ) sałata ziel. pomidory papryka jabłka. jogurt ( <b>MLE.</b> )	zupa ryżowa(1) ( <b>MLE, SEL.</b> ) udka drob.piecz.(1) ziemniaki gotow.(1,2,6) sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,6,010) ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) buraczki got.(2,3,4,6) ( <b>GLU-psz.</b> ) herbata owocowa do obiadu (6)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <b>GLU-psz, GLU-żył.</b> ) pasta z wot.(1,2,6) ( <b>SEL.</b> ) sałata ziel. ogórki Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <b>GLU-psz.</b> ) ser biały w plastrach (1,2,6) ( <b>MLE.</b> ) rzodkiewka
2024.12.22 niedziela	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <b>GLU-psz, GLU-żył.</b> ) kielb.krakowska sucha ser żółty ( <b>MLE.</b> ) sałata ziel. pomidory ogórki jabłka. jogur owocowy ( <b>MLE.</b> )	zupa krupnik(1) ( <b>SEL, GLU-jęc.</b> ) klopsiki duszone z sosem koperk.(1) ( <b>GLU-psz, JAJ, MLE.</b> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sał z kapusty czerw.z marchewką(1,6) szpinak got.(2,6) ( <b>MLE.</b> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <b>GLU-psz, GLU-żył.</b> ) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) ( <b>GLU-psz, JAJ.</b> ) sałata ziel. papryka Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <b>GLU-psz.</b> ) pasta z twarogu (1,2,6) ( <b>MLE.</b> ) rzodkiewka
	(2)Dieta łatwostrawna	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <b>GLU-psz.</b> ) pasta z twarogu (1,2,6) ( <b>MLE.</b> ) kielbasa szynkowa drobiowa ( <b>GLU-psz, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) sałata ziel. jabłka pieczone.(1,2) jogur owocowy ( <b>MLE.</b> )	zupa krupnik(2,6) potrawka z drobiu gotowana(2,6) ( <b>GLU-psz, MLE, SEL.</b> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) szpinak got.(2,6) ( <b>MLE.</b> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <b>GLU-psz.</b> ) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) ( <b>GLU-psz, JAJ.</b> ) sałata ziel. Kolacja II- godz 21 (2,3,4) ( <b>GLU-psz.</b> ) połędwica drob. ( <b>SOJ.</b> ) sałata ziel.

## Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024.12.21 do dnia 2024.12.31 KUCHNIA OGÓLNA

2024.12.22 niedziela	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) kiełb. krakowska sucha ser żółty ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. pomidory ogórki jabłka. jogurt ( <u>MLE.</u> )	zupa krupnik(1) ( <u>SEL, GLU-jęc.</u> ) klopsiki duszone z sosem koperk.(1) ( <u>GLU-psz, JAJ, MLE.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sał z kapusty czerw. z marchewką(1,6) szpinak got.(2,6) ( <u>MLE.</u> ) herbata owocowa do obiadu (6)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) ( <u>GLU-psz, JAJ.</u> ) sałata ziel. papryka Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) pasta z twarogu (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) rzodkiewka
2024.12.23 poniedziałek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z kaszą manną (1,2) ( <u>GLU-psz, MLE.</u> ) kawa z ml piecz.masło ros.(1) ( <u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u> ) ser biały w plastrach (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) dżem sałata ziel. rzodkiewka ogórki banan	zupa ziemniaczana z zacierką(1) ( <u>GLU-psz, JAJ, SEL, może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) bigos popularny(1) ziemniaki gotow.(1,2,6) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) Sałatka z ciecierzycy (1) ( <u>GOR, może zawierać: GLU-psz.</u> ) sałata ziel. pomidory Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) jaja ( <u>JAJ.</u> ) papryka
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z kaszą manną (1,2) ( <u>GLU-psz, MLE.</u> ) kawa z mlekiem piecz.masło (2). ( <u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u> ) ser biały w plastrach (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) dżem sałata ziel. banan	zupa jarzynowa(2,6) ( <u>GLU-psz, SEL.</u> ) pulpety gotowane z indyka (2,6) ( <u>GLU-psz, JAJ, SEL.</u> ) sos pomidor (2,6) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sałata ziel (1,2,6) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <u>GLU-psz.</u> ) szynka z indyka ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel. Kolacja II - godz 21 (2,3,4) ( <u>GLU-psz.</u> ) szynka kons. ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel.
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml., pieczywo, masło (6) ( <u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u> ) ser biały w plastrach (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) szynka kons. ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel. rzodkiewka ogórki jabłka. kefir ( <u>MLE.</u> )	zupa ziemniaczana z zacierką(1) ( <u>GLU-psz, JAJ, SEL, może zawierać: GLU-psz, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) pulpety gotowane z indyka (2,6) ( <u>GLU-psz, JAJ, SEL.</u> ) sos pomidor (2,6) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sałata ziel (1,2,6) kapusta biała dusz.z kminkiem(1) ( <u>GLU-psz.</u> ) herbata owocowa do obiadu (6)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) Sałatka z ciecierzycy (1) ( <u>GOR, może zawierać: GLU-psz.</u> ) sałata ziel. pomidory Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) jaja ( <u>JAJ.</u> ) papryka

## Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024.12.21 do dnia 2024.12.31 KUCHNIA OGÓLNA

2024.12.24 wtorek	(1)Dieta podstawowa	kawa z ml piecz.masło ros.(1) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żyt.</u> ) mleczna z kaszą kukurydż.(1,2) ( <u>MLE.</u> ) pasta sera ż.papr.św, ogór.św(1) ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. pomidory jabłka.	zupa pejzanka(1) ( <u>RYB.</u> ) makaron z serem twarog(1,2,6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> ) jogur owocowy ( <u>MLE.</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>GLU-żyt.</u> ) zupa barszcz czerw. czysty(1) ( <u>SEL.</u> ) Paluchy ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ.</u> ) ryba pieczona(1) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB.</u> , <u>GOR.</u> ) kapusta z grochem ciasto ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> ) mandarynki Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) sałatka po żydowski(1) ( <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> , <u>GOR.</u> ) sałata ziel.
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z kaszą kukurydż.(1,2) ( <u>MLE.</u> ) kawa z mlek.piecz.masło (2). ( <u>GLU-psz.</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żyt.</u> ) pasta z twarogu (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. jabłka pieczone.(1,2)	zupa pejzanka(2,6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>SEL.</u> ) makaron z serem twarog(1,2,6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> ) jogurt ( <u>MLE.</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz.</u> ) zupa barszcz czerw. czysty(1) ( <u>SEL.</u> ) Paluchy ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ.</u> ) ryba gotowana w jarz.(2,6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL.</u> ) sos pomidor (2,6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ) ciasto ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> ) banan Kolacja II- godz 21 (2,3,4) ( <u>GLU-psz.</u> ) pasta z twarogu z sałata (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel.
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml., pieczywo, masło (6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żyt.</u> ) pasta sera ż.papr.św, ogór.św(1) ( <u>MLE.</u> ) jaja ( <u>JAJ.</u> ) sałata ziel. pomidory jabłka. kefir ( <u>MLE.</u> )	zupa pejzanka(1) ( <u>RYB.</u> ) makaron z serem twarog(1,2,6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> ) jogurt ( <u>MLE.</u> ) herbata owocowa do obiadu (6)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>GLU-żyt.</u> ) zupa barszcz czerw. czysty(1) ( <u>SEL.</u> ) Paluchy ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ.</u> ) ryba gotowana w jarz.(2,6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL.</u> ) sos pomidor (2,6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ) mandarynki Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) pasta z twarogu z sałata (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel.
2024.12.25 środa	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>GLU-żyt.</u> ) kielb. krakowska sucha ser żółty ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. pomidory ogórki ciasto ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> ) banan	zupa pieczark.z makar(1) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ) kotlet schab.panier.pieczony(1) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sał z kapusty czerw.z marchewką(1,6) sał ziel.z kefirem(1) ( <u>MLE.</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>GLU-żyt.</u> ) udka drob.piecz.(1) ćwikła mar. papryka ogórki mandarynki Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) połędwica sopocka ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel.
	(2)Dieta łatwostrawna	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz.</u> ) pasta z twarogu z sałata (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) kielbasa zynkowa drobiowa ( <u>GLU-psz.</u> , <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) sałata ziel. banan ciasto ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE.</u> )	zupa makaronowa(2,6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ) schab got.w jarzyn.(2,6) ( <u>SEL.</u> ) sos koperkowy (2,6) ( <u>GLU-psz.</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) buraczki got.(2,3,4,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) sałata ziel (1,2,6) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz.</u> ) udka dr.got w jarz.(2,6) ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel (1,2,6) banan Kolacja II- godz 21 (2,3,4) ( <u>GLU-psz.</u> ) połędwica drob. ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel.

## Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024.12.21 do dnia 2024.12.31 KUCHNIA OGÓLNA

2024.12.25 środa	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) kielb. krakowska sucha ser żółty ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. pomidory ogórki mandarynki jogurt ( <u>MLE.</u> )	zupa makaronowa(2,6) ( <u>GLU-psz, JAJ, MLE, SEL.</u> ) schab got. w jarzyn.(2,6) ( <u>SEL.</u> ) sos koperkowy (2,6) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sał z kapusty czerw. z marchewką(1,6) sał ziel. z kefirem(1) ( <u>MLE.</u> ) herbata owocowa do obiadu (6)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) udka dr. got w jarz.(2,6) ( <u>SEL.</u> ) ćwikła mar. papryka ogórki jabłka. Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) połudwica sopocka ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel.
2024.12.26 czwartek	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) ogonówka ( <u>GLU-psz, SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) jajko w sosie tatarskim.(1) ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) sałata ziel. pomidory papryka ciasto ( <u>GLU-psz, JAJ, MLE.</u> ) mandarynki	zupa pomidorowa z ryżem(1) ( <u>MLE, SEL.</u> ) zrazy woł po myśliwsku.(1) ( <u>GLU-psz, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU-psz.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,6,010) ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) sał ziel. rzod. szczyp.(1,6) ( <u>MLE.</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) schab w gal.(2,6) ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel. ogórki banan Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) kielb. krakowska sucha papryka
	(2)Dieta łatwostrawna	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz.</u> ) pasta z twarogu z szynką(2,6) ( <u>MLE.</u> ) szynka kons. ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel. banan ciasto ( <u>GLU-psz, JAJ, MLE.</u> )	zupa pomidorowa z ryżem(2,6) ( <u>MLE, SEL.</u> ) potrawka z woł- jarz. gotowana(2,6) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) szpinak got.(2,6) ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel (1,2,6) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz.</u> ) schab w gal.(2,6) ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel. banan Kolacja II- godz 21 (2,3,4) ( <u>GLU-psz.</u> ) szynka z indyka ( <u>SOJ.</u> ) sałata ziel.
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) ogonówka ( <u>GLU-psz, SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) pasta z twarogu z szynką(2,6) ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. pomidory papryka mandarynki jogurt ( <u>MLE.</u> )	zupa pomidorowa z ryżem(1) ( <u>MLE, SEL.</u> ) potrawka z woł- jarz. gotowana(2,6) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,6,010) ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) sał ziel. rzod. szczyp.(1,6) ( <u>MLE.</u> ) herbata owocowa do obiadu (6)	herbata, pieczywo, masło (6)kol. ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) schab w gal.(2,6) ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel. ogórki papryka jabłka. Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) kielb. krakowska sucha sałata ziel.

## Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024.12.21 do dnia 2024.12.31 KUCHNIA OGÓLNA

2024.12.27 piątek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z pł owsy.(1,2) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL, )</u> kawa z ml piecz.masło ros.(1) ( <u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt, )</u> pasta z jaj ze szczyp.(1) ( <u>JAJ, )</u> sałata ziel. Gruszka pomidory rzodkiewka	zupa jarzynowa.(1) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL, )</u> ryż zapieczony z jabł (1) ( <u>MLE, )</u> herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żyt, )</u> Pasta z soczewicy (1,6) sałata ziel. ogórki Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz, )</u> ser biały w plastrach (1,2,6) ( <u>MLE, )</u> papryka
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z pł owsy.(1,2) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL, )</u> kawa z mlek, piecz.masło (2). ( <u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt, )</u> pasta z twarogu (1,2,6) ( <u>MLE, )</u> sałata ziel. banan	zupa ziemniaczana(2,6) ( <u>GLU-psz, SEL, )</u> ryż zapiekany z jabłkami.(2). ( <u>MLE, )</u> herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <u>GLU-psz, )</u> szynka wileńska sałata ziel. Kolacja II- godz 21 (2,3,4) ( <u>GLU-psz, )</u> dżem
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml., pieczywo, masło (6) ( <u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt, )</u> pasta z jaj ze szczyp.(1) ( <u>JAJ, )</u> pasta z twarogu (1,2,6) ( <u>MLE, )</u> sałata ziel. pomidory rzodkiewka Gruszka kefir ( <u>MLE, )</u>	zupa jarzynowa.(1) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL, )</u> ryba gotowana w jarz.(2,6) ( <u>GLU-psz, JAJ, RYB, SEL, )</u> sos pomidor (2,6) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL, )</u> ziemniaki gotow.(1,2,6) sałata ziel (1,2,6) herbata owocowa do obiadu (6)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <u>GLU-psz, GLU-żyt, )</u> Pasta z soczewicy (1,6) sałata ziel. ogórki Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz, )</u> ser biały w plastrach (1,2,6) ( <u>MLE, )</u> papryka
2024.12.28 sobota	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żyt, )</u> połędwica sopočka ( <u>SOJ, )</u> ser żółty ( <u>MLE, )</u> sałata ziel. pomidory ogórki jabłka. jogur owocowy ( <u>MLE, )</u>	zupa krupnik(1) ( <u>SEL, GLU-jęc, )</u> karkówka duszona w jarz.(1) ( <u>GLU-psz, SEL, )</u> ziemniaki gotow.(1,2,6) sał.z kap kisz.march.z olej(1) buraczki got.(2,3,4,6) ( <u>GLU-psz, )</u> herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żyt, )</u> pasta z drobiu i jarzyn (1) ( <u>SEL, )</u> sałata ziel. papryka Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz, )</u> ser biały w plastrach (1,2,6) ( <u>MLE, )</u> sałata ziel.
	(2)Dieta łatwostrawna	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <u>GLU-psz, )</u> pasta z twarogu (1,2,6) ( <u>MLE, )</u> połędwica drob. ( <u>SOJ, )</u> sałata ziel. jabłka pieczone.(1,2) jogur owocowy ( <u>MLE, )</u>	zupa krupnik(2,6) schab got.w jarzyn.(2,6) ( <u>SEL, )</u> sos potrawk (2,6) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL, )</u> ziemniaki gotow.(1,2,6) buraczki got.(2,3,4,6) ( <u>GLU-psz, )</u> herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <u>GLU-psz, )</u> pasta z drob.i jarz.(2,6) ( <u>SEL, )</u> sałata ziel. Kolacja II- godz 21 (2,3,4) ( <u>GLU-psz, )</u> ser biały w plastrach (1,2,6) ( <u>MLE, )</u> sałata ziel.

## Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024.12.21 do dnia 2024.12.31 KUCHNIA OGÓLNA

2024.12.28 sobota	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) południca sopocka ( <u>SOJ.</u> ) ser żółty ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. pomidory ogórki jabłka. jogurt ( <u>MLE.</u> )	zupa krupnik(1) ( <u>SEL, GLU-jęc.</u> ) karkówka duszona w jarz.(1) ( <u>GLU-psz, SEL.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sał.z kap kisz.march.z olej(1) buraczki got.(2,3,4,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) herbata owocowa do obiadu (6)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) pasta z drobiu i jarzyn (1) ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel. papryka Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) ser biały w plastrach (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel.
2024.12.29 niedziela	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) kielb.krakowska sucha pasta z twarogu (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. rzodkiewka pomidory jabłka. jogur owocowy ( <u>MLE.</u> )	zupa grysikowa(1). ( <u>GLU-psz, SEL.</u> ) pieczeń drobiowa z jajkiem pieczona(1) ( <u>GLU-psz, JAJ.</u> ) sos chrzanowy(1) ( <u>GLU-psz, MLE, DWU.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sałatka-mizeria(1) ( <u>MLE.</u> ) marchew dusz.(1) ( <u>GLU-psz.</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) pasta z wot.(1,2,6) ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel. papryka Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) jaja ( <u>JAJ.</u> ) rzodkiewka
	(2)Dieta łatwostrawna	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <u>GLU-psz.</u> ) pasta z twarogu (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) kielbasa szynkowa drobiowa ( <u>GLU-psz, może zawierać: MLE, GOR.</u> ) sałata ziel. jabłka pieczone.(1,2) jogur owocowy ( <u>MLE.</u> )	zupa grysikowa(2,6) ( <u>MLE.</u> ) pieczeń z drobiu(2,6) ( <u>GLU-psz, JAJ.</u> ) sos koperkowy (2,6) ( <u>GLU-psz, MLE, SEL.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) marchew gotowana (2) ( <u>GLU-psz.</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <u>GLU-psz.</u> ) pasta z wot.(1,2,6) ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel. Kolacja II- godz 21 (2,3,4) ( <u>GLU-psz.</u> ) dżem
2024.12.29 niedziela	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) kielb.krakowska sucha pasta z twarogu (1,2,6) ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. rzodkiewka pomidory jabłka. jogurt ( <u>MLE.</u> )	zupa grysikowa(1). ( <u>GLU-psz, SEL.</u> ) pieczeń drobiowa z jajkiem pieczona(1) ( <u>GLU-psz, JAJ.</u> ) sos chrzanowy(1) ( <u>GLU-psz, MLE, DWU.</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sałatka-mizeria(1) ( <u>MLE.</u> ) sał.z march i selera.(11) ( <u>MLE, SEL.</u> ) herbata owocowa do obiadu (6)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <u>GLU-psz, GLU-żył.</u> ) pasta z wot.(1,2,6) ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel. papryka Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz.</u> ) jaja ( <u>JAJ.</u> ) rzodkiewka

## Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024.12.21 do dnia 2024.12.31 KUCHNIA OGÓLNA

2024.12.30 poniedziałek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z ryżem(1,2) ( <u>MLE</u> , kawa z ml piecz.masło ros.(1) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żyt</u> , pasta z twarogu z papryką św.(1) ( <u>MLE</u> , ) sałata ziel. rzodkiewka ogórki Kiwi	zupa barszcz ukraiński(1) ( <u>GLU-jęc</u> , łazanki z kap kiszoną i łopatką wieprz.(1) ( <u>GLU-psz</u> , <u>JAJ</u> , ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz</u> , <u>GLU-żyt</u> , ) schab pieczony-kolacja (1) sałata ziel. pomidory Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz</u> , ) jaja ( <u>JAJ</u> , ) papryka
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z ryżem(1,2) ( <u>MLE</u> , kawa z mlek.piecz.masło (2). ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żyt</u> , pasta z twarogu (1,2,6) ( <u>MLE</u> , ) sałata ziel. banan	zupa owsiankowa(2,6) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) potrawka z drobiu gotowana(2,6) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sałata ziel (1,2,6) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(2) ( <u>GLU-psz</u> , ) Schab pieczony - kolacja (2,3,4,6,) sałata ziel. Kolacja II- godz 21 (2,3,4) ( <u>GLU-psz</u> , ) szynka kons. ( <u>SOJ</u> , ) sałata ziel.
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml., pieczywo, masło (6) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żyt</u> , ) pasta z twarogu z papryką św.(1) ( <u>MLE</u> , ) szynka kons. ( <u>SOJ</u> , ) sałata ziel. rzodkiewka ogórki Kiwi kefir ( <u>MLE</u> , )	zupa barszcz ukraiński(1) ( <u>GLU-jęc</u> , ) potrawka z drobiu gotowana(2,6) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sałata ziel (1,2,6) sał.z kap kisz.(6) ( <u>SEL</u> , ) herbata owocowa do obiadu (6)	Herbata z cytryną, pieczywo, masło(6) ( <u>GLU-psz</u> , <u>GLU-żyt</u> , ) schab pieczony-kolacja (1) sałata ziel. pomidory Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz</u> , ) jaja ( <u>JAJ</u> , ) papryka
2024.12.31 wtorek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z pł owsy.(1,2) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , ) kawa z ml piecz.masło ros.(1) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żyt</u> , ) ser żółty ( <u>MLE</u> , ) sałata ziel. pomidory jabłka. jogur owocowy ( <u>MLE</u> , )	zupa koperk.z ziemn(1) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) kotlet miel.z łopatki pieczony(1) ( <u>GLU-psz</u> , <u>JAJ</u> , ) ziemniaki gotow.(1,2,6) marchewka z groszkiem(1) ( <u>GLU-psz</u> , ) sał ziel.z kefirem(1) ( <u>MLE</u> , ) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz</u> , <u>GLU-żyt</u> , ) sałatka z kurczakiem(1) ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , ) pomidory ogórki ciasto ( <u>GLU-psz</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ) Pomarańcza Kolacja II - godz 21 (1,6) ( <u>GLU-psz</u> , ) kiełb.krakowska sucha sałata ziel.
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z pł owsy.(1,2) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , ) kawa z mlek.piecz.masło (2). ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU-jęc</u> , <u>GLU-żyt</u> , ) szynka kons. ( <u>SOJ</u> , ) sałata ziel. jabłka pieczone.(1,2) jogur owocowy ( <u>MLE</u> , )	zupa koperk.z ziem.(2,6) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) pulpety gotowane z indyka (2,6) ( <u>GLU-psz</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ) sos pomidor (2,6) ( <u>GLU-psz</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ) ziemniaki gotow.(1,2,6) sałata ziel (1,2,6) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4)	herbata z cytryną, pieczywo, masło(1) ( <u>GLU-psz</u> , ) galaretką z kurczaka (2,6) ( <u>SEL</u> , ) sałata ziel. ciasto ( <u>GLU-psz</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ) banan Kolacja II- godz 21 (2,3,4) ( <u>GLU-psz</u> , ) kiełbasa szynkowa drobiowa ( <u>GLU-psz</u> , <u>może zawierać: MLE, GOR</u> , ) sałata ziel.

## Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024.12.21 do dnia 2024.12.31 KUCHNIA OGÓLNA

2024.12.31 wtorek	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>kawa z ml.,pieczywo,masło (6) (<b>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt.</b> )</p> <p>ser żółty (<b>MLE,</b> )</p> <p>połędwica sopocka (<b>SOJ,</b> )</p> <p>sałata ziel.</p> <p>pomidory</p> <p>jabłka.</p> <p>jogurt (<b>MLE,</b> )</p>	<p>zupa koperk.z ziem.(2,6) (<b>GLU-psz, MLE, SEL,</b> )</p> <p>pulpety gotowane z indyka (2,6) (<b>GLU-psz, JAJ, SEL,</b> )</p> <p>sos pomidor (2,6) (<b>GLU-psz, MLE, SEL,</b> )</p> <p>ziemniaki gotow.(1,2,6)</p> <p>sał ziel.z kefirem(1) (<b>MLE,</b> )</p> <p>sał.z march i selera .(11) (<b>MLE, SEL,</b> )</p> <p>herbata owocowa do obiadu (6)</p>	<p>herbata z cytryną,pieczywo,masło(1) (<b>GLU-psz, GLU-żyt.</b> )</p> <p>sałatka z kurczakiem(1) (<b>JAJ, MLE, GOR,</b> )</p> <p>pomidory</p> <p>ogórki</p> <p>Pomarańcza</p> <p>Kolacja II - godz 21 (1,6) (<b>GLU-psz,</b> )</p> <p>kiełb.krakowska sucha</p> <p>sałata ziel.</p>
-------------------	--	--	--	--