

Menu III 02-05.01.2018

Wtorek

Śniadanie: Kakao (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twarożek z rzodkiewką i ze szczypiorkiem (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), pasta (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BG – Hania – Karob (2g) na mleku (200ml), chleb bg (50g), masło (10g), twarożek z rzodkiewką i ze szczypiorkiem (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasta (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb żytni (50g), pasta (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasta (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Karob (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twarożek z rzodkiewką i ze szczypiorkiem (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Karob (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twarożek z rzodkiewką i ze szczypiorkiem (20g), tofu (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Żurek (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i sosem czosnkowym (80g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem (80g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta BG – Hania – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem (80g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem (80g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem (80g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka (80g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka (80g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Krupnik wegetariański na kaszy jaglanej (250ml), potrawka warzywna w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem (80g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Chleb razowy (50g), masło (10g), sałatka warzywna (40g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Chleb razowy (50g), sałatka warzywna (40g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta BG – Hania – Chleb bg (50g), sałatka warzywna (40g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Chleb bg (50g), sałatka warzywna (40g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Chleb żytni (50g), sałatka warzywna (40g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Chleb bg (50g), sałatka warzywna (40g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Chleb razowy (50g), sałatka warzywna (40g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Chleb razowy (50g), sałatka warzywna (40g), herbatka zielowo-owocowa (200ml)

Środa

Śniadanie: Płatki wielozbożowe z bananem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pomarańczowa pasta z kaszy jaglanej (20g), szynka drobiowa (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Płatki wielozbożowe z bananem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), pomarańczowa pasta z kaszy jaglanej (20g), szynka drobiowa (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BG – Hania – Płatki bg z bananem (30g) na mleku (200ml), chleb bg (50g), masło (10g), pomarańczowa pasta z kaszy jaglanej (20g), schab pieczony (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Płatki bg z bananem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pomarańczowa pasta z kaszy jaglanej (20g), schab pieczony (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Płatki bez-pszenne z bananem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb żytni (50g), pomarańczowa pasta z kaszy jaglanej (20g), schab pieczony (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Płatki bg z bananem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pomarańczowa pasta z kaszy jaglanej (20g), schab pieczony (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Płatki wielozbożowe z bananem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pomarańczowa pasta z kaszy jaglanej (20g), szynka drobiowa (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Płatki wielozbożowe z bananem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa pomidorowa makaronem (250ml), sznycelki z kurczaka (80g), ziemniaki (100g), marchewka na ciepło (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Zupa pomidorowa makaronem nie-zabielana (250ml), sznycelki z kurczaka (80g), ziemniaki (100g), marchewka na ciepło (80g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Zupa pomidorowa makaronem bg (250ml), sznycelki z kurczaka (80g), ziemniaki (100g), marchewka na ciepło (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Zupa pomidorowa makaronem bg nie-zabielana (250ml), sznycelki z kurczaka (80g), ziemniaki (100g), marchewka na ciepło (80g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Zupa pomidorowa makaronem bez-pszennym nie-zabielana (250ml), sznycelki z kurczaka (80g), ziemniaki (100g), marchewka na ciepło (80g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Zupa pomidorowa makaronem bg nie-zabielana (250ml), sznycelki z kurczaka (80g), ziemniaki (100g), marchewka na ciepło (80g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Zupa pomidorowa makaronem (250ml), sznycelki z kurczaka (80g), ziemniaki (100g), marchewka na ciepło (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Zupa pomidorowa makaronem (250ml), kotlet warzywny (80g), ziemniaki (100g), marchewka na ciepło (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Ciasto z owocami (60g), jabłko (100g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Bezmleczne ciasto z owocami (60g), jabłko (100g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Bg ciasto z owocami (60g), jabłko (100g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Bezmleczne, bg ciasto z owocami (60g), jabłko (100g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Bezmleczne, bez-pszenne ciasto z owocami (60g), jabłko (100g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Bezmleczne, bg ciasto z owocami (60g), jabłko (100g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Ciasto z owocami (60g), jabłko (100g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Ciasto z owocami (60g), jabłko (100g), kompot (200ml)

Czwartek

Śniadanie: Kasza manna z jabłkiem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet mięsny (20g), szynka wiejska (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Kasza manna z jabłkiem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), pasztet mięsny (20g), szynka wiejska (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BG – Hania – Kasza kukurydziana z jabłkiem (30g) na mleku (200ml), chleb bg (50g), masło (10g), pasztet mięsny (20g), szynka wiejska (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Kasza kukurydziana z jabłkiem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasztet mięsny (20g), szynka wiejska (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Kasza kukurydziana z jabłkiem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb żytni (50g), pasztet mięsny (20g), szynka wiejska (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Kasza kukurydziana z jabłkiem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasztet mięsny (20g), szynka wiejska (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Kasza manna z jabłkiem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet mięsny (20g), szynka wiejska (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Kasza manna z jabłkiem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet warzywny (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa ogórkowa (250ml), gulasz warzywny z cieciorą (80g), makaron (100g), brokuły gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Zupa ogórkowa nie-zabielana (250ml), gulasz warzywny z cieciorą (80g), makaron (100g), brokuły gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BG – Hania – Zupa ogórkowa (250ml), gulasz warzywny z cieciorą (80g), makaron bg (100g), brokuły gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Zupa ogórkowa nie-zabielana (250ml), gulasz warzywny z cieciorą (80g), makaron bg (100g), brokuły gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Zupa ogórkowa nie-zabielana (250ml), gulasz warzywny z cieciorą (80g), makaron bez-pszeniczny (100g), brokuły gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Zupa ogórkowa nie-zabielana (250ml), gulasz warzywny (80g), makaron bg (100g), warzywa gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Zupa ogórkowa (250ml), gulasz warzywny (80g), makaron (100g), warzywa gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Zupa ogórkowa (250ml), gulasz warzywny z cieciorą (80g), makaron (100g), brokuły gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Bułka grahamka (50g), masło (10g), wędlina, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Bułka grahamka (50g), wędlina, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BG – Hania – Bułka bg (50g), wędlina, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Bułka bg (50g), wędlina, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Bułka bez-pszeniczna (50g), wędlina, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Bułka bg (50g), wędlina, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Bułka grahamka (50g), wędlina, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Bułka grahamka (50g), pasta, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Piątek

Śniadanie: Kawa zbożowa (2g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), pasta jajeczna (15g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Karob (2g), na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), szynka (20g), pasta jajeczna (15g), herbata (200ml)

Dieta BG – Hania – Karob (2g), na mleku (200ml), chleb bg (50g), masło (10g), ser żółty (20g), pasta jajeczna (15g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Karob (2g), na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), szynka (20g), pasta jajeczna (15g), herbata (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Karob (2g), na mleku ryżowym (200ml), chleb żytni (50g), szynka (20g), pasta jajeczna (15g), herbata (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Karob (2g), na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), szynka (20g), pasta jajeczna (15g), herbata (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Karob (2g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), pasta jajeczna (15g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Karob (2g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), pasta jajeczna (15g), herbata (200ml)

Obiad: Rozgrzewający krem z fasoli i grochu z majerankiem (250ml), kotlecik rybko-szpinakowy (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Rozgrzewający krem z fasoli i grochu z majerankiem (250ml), kotlecik rybko-szpinakowy (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Rozgrzewający krem z fasoli i grochu z majerankiem (250ml), kotlecik rybko-szpinakowy (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Rozgrzewający krem z fasoli i grochu z majerankiem (250ml), kotlecik rybko-szpinakowy (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Rozgrzewający krem z fasoli i grochu z majerankiem (250ml), kotlecik (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Krem warzywny (250ml), kotlecik rybko-szpinakowy (80g), chrzanowe puree (100g) surówka (80g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Krem warzywny (250ml), kotlecik rybko-szpinakowy (80g), chrzanowe puree (100g) surówka jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Rozgrzewający krem z fasoli i grochu z majerankiem (250ml), kotlecik rybko-szpinakowy (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Jabłka pod kruszonką (120g), koktajl (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Jabłka zapiekane (120g), koktajl (200ml)

Dieta BG – Hania – Jabłka zapiekane (120g), koktajl (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Jabłka zapiekane (120g), koktajl (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Jabłka zapiekane (120g), koktajl (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Jabłka zapiekane (120g), koktajl (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Jabłka zapiekane (120g), koktajl (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Jabłka zapiekane (120g), koktajl (200ml)