

Menu III 05-09.02.2018

Poniedziałek

Śniadanie: Owsianka z siemieniem lnianym i rodzynkami (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), polędwica sopocka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Owsianka z siemieniem lnianym i rodzynkami (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), szynka (20g), polędwica sopocka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BG – Hania – Płatki bg (30g) na mleku (200ml), chleb bg (50g), masło (10g), ser żółty (20g), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Płatki bg (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Płatki bez-pszenne (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb żytni (50g), schab (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Płatki bg (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Owsianka z siemieniem lnianym i rodzynkami (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), polędwica sopocka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Owsianka z siemieniem lnianym i rodzynkami (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Krem jarzynowy z imbirem i grzankami (250ml), pieczony udziec z indyka w sosie żurawinowym (80g), kasza gryczana (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i sosem czosnkowym (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Krem jarzynowy z imbirem i grzankami (250ml), pieczony udziec z indyka w sosie żurawinowym (80g), kasza gryczana (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem (80g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Krem jarzynowy z imbirem i grzankami bg (250ml), pieczony udziec z indyka w sosie żurawinowym (80g), kasza gryczana (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Krem jarzynowy z imbirem i grzankami bg (250ml), pieczony udziec z indyka w sosie żurawinowym (80g), kasza gryczana (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem (80g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Krem jarzynowy z imbirem i grzankami bez-pszennymi (250ml), pieczony udziec z indyka w sosie żurawinowym (80g), kasza gryczana (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem (80g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Krem jarzynowy z imbirem i grzankami bg (250ml), pieczony udziec z indyka w sosie żurawinowym (80g), kasza gryczana (100g), surówka (80g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Krem jarzynowy z imbirem i grzankami (250ml), pieczony udziec z indyka w sosie żurawinowym (80g), kasza gryczana (100g), surówka (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Krem jarzynowy z imbirem i grzankami (250ml), gulasz warzywny (80g), kasza gryczana (100g), surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Bułeczka drożdżowa z rodzynkami (60g), twarożek na słodko (20g), kisiel (100g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Bułeczka drożdżowa z rodzynkami (60g), pasta na słodko (20g), kisiel (100g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Bułeczka bg (60g), twarożek na słodko (20g), kisiel (100g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Bułeczka bg (60g), pasta na słodko (20g), kisiel (100g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Bułeczka bg (60g), pasta na słodko (20g), kisiel (100g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Bułeczka bg (60g), pasta na słodko (20g), kisiel (100g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Bułeczka drożdżowa z rodzynkami (60g), twarożek na słodko (20g), kisiel (100g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Bułeczka drożdżowa z rodzynkami (60g), twarożek na słodko (20g), kisiel (100g), kompot (200ml)

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), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

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

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasta (20g), schab (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: Grochówka (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami (80g), ryż (100g), surówka z białej i czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Grochówka (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami (80g), ryż (100g), surówka z białej i czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BG – Hania – Grochówka (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami (80g), ryż (100g), surówka z białej i czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Grochówka (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami (80g), ryż (100g), surówka z białej i czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Grochówka (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami (80g), ryż (100g), surówka z białej i czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Zupa warzywna (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami (80g), ryż (100g), surówka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Zupa warzywna (250ml), potrawka wieprzowa z warzywami (80g), ryż (100g), surówka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Grochówka (250ml), potrawka warzywna (80g), ryż (100g), surówka z białej i czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty, szynka, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Chleb razowy (50g), szynka, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BG – Hania – Chleb bg (50g), ser żółty, schab, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

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

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Chleb żytni (50g), schab, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

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

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Chleb razowy (50g), ser żółty, szynka, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Chleb razowy (50g), ser żółty, pasta, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Środa

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

Dieta BG – Hania – Płatki bg z bananem (30g) na mleku (200ml), chleb bg (50g), masło (10g), pasta warzywna (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), pasta warzywna (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), pasta warzywna (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), pasta warzywna (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), pasta warzywna (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 warzywna (20g), tofu (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa pomidorowa z muszelnymi (250ml), kotlet drobiowy (80g), ziemniaki (100g), buraczki na ciepło (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Zupa pomidorowa z muszelnymi nie-zabielana (250ml), kotlet drobiowy (80g), ziemniaki (100g), buraczki na ciepło (80g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Zupa pomidorowa z makaronem bg (250ml), kotlet drobiowy (80g), ziemniaki (100g), buraczki na ciepło (80g), kompot (200ml)

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

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

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

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Zupa pomidorowa z muszelnymi (250ml), kotlet drobiowy (80g), ziemniaki (100g), buraczki na ciepło (80g), kompot (200ml)

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

Podwieczorek: Pudding z kaszy mannej (120g), frużelina (20g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Pudding z kaszy mannej (120g), frużelina (20g), chrupki/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Pudding z kaszy jaglanej (120g), frużelina (20g), chrupki/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Pudding z kaszy jaglanej (120g), frużelina (20g), chrupki/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Pudding z kaszy jaglanej (120g), frużelina (20g), chrupki (10g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Pudding z kaszy jaglanej (120g), frużelina (20g), chrupki/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Pudding z kaszy mannej (120g), frużelina (20g), chrupki/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Pudding z kaszy mannej (120g), frużelina (20g), chrupki/wafle ryżowe (10g), 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), schab (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), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Kasza kukurydziana z jabłkiem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasztet mięsny (20g), schab (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), schab (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 koperkowa (250ml), gulasz warzywny z cieciorką (80g), makaron (100g), brokuły gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

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

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

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

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

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

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

Dieta wegetariańska – Kalina – Zupa koperkowa (250ml), gulasz warzywny z cieciorką (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), polędwica sopocka (20g), pasta jajeczna (15g), herbata (200ml)

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

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

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

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

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

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

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

Obiad: Zupa kalafiorowa (250ml), ryba panierowana (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Zupa kalafiorowa nie-zabielana (250ml), ryba panierowana (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Zupa kalafiorowa (250ml), ryba panierowana (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Zupa kalafiorowa nie-zabielana (250ml), ryba panierowana (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Zupa kalafiorowa nie-zabielana (250ml), mięsko panierowane (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Zupa warzywna nie-zabielana (250ml), ryba panierowana (80g), chrzanowe puree (100g) surówka (80g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Zupa warzywna (250ml), ryba panierowana (80g), chrzanowe puree (100g) surówka jabłka (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Zupa kalafiorowa (250ml), ryba panierowana (80g), chrzanowe puree (100g) surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Ryż z owocami (120g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Ryż z owocami (120g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Ryż z owocami (120g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Ryż z owocami (120g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Ryż z owocami (120g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Ryż z owocami (120g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Ryż z owocami (120g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Ryż z owocami (120g), kompot (200ml)