

Menu II 29.01-02.02.2018

Poniedziałek

Śniadanie: Płatki wielozbożowe (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), szynka wiejska (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Płatki wielozbożowe (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), szynka (20g), szynka wiejska (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. – Płatki wielozbożowe (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), szynka wiejska (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Płatki wielozbożowe (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), tofu (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Krem wielowarzywny z grzankami (250ml), nóżka kurczaka (80g), kasza gryczana (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Krem wielowarzywny z grzankami (250ml), nóżka kurczaka (80g), kasza gryczana (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Krem wielowarzywny z grzankami bg (250ml), nóżka kurczaka (80g), kasza gryczana (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Krem wielowarzywny z grzankami bg (250ml), nóżka kurczaka (80g), kasza gryczana (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Krem wielowarzywny z grzankami bez-pszennymi (250ml), nóżka kurczaka (80g), kasza gryczana (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Krem wielowarzywny z grzankami bg (250ml), kasza gryczana (80g), ziemniaki (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Krem wielowarzywny z grzankami (250ml), nóżka kurczaka (80g), kasza gryczana (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Krem wielowarzywny z grzankami (250ml), kotlet warzywny (80g), kasza gryczana (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Chleb (50g), masło (10g), szynka drobiowa, warzywa (40g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Chleb (50g), szynka drobiowa, warzywa (40g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Chleb bg (50g), schab pieczony, warzywa (40g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Chleb bg (50g), schab pieczony, warzywa (40g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Chleb żytni (50g), schab pieczony, warzywa (40g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Chleb bg (50g), schab pieczony, warzywa (40g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Chleb (50g), szynka drobiowa warzywa (40g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Chleb (50g), pasta, warzywa (40g), kompot (200ml)

Wtorek

Śniadanie: Kakao (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), schab pieczony (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

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

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

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

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

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

Dieta wegetariańska – Kalina – Karob (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Żurek (250ml), indyk z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Zupa warzywna (250ml), indyk z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BG – Hania – Zupa warzywna (250ml), indyk z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Zupa warzywna (250ml), indyk z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Zupa warzywna (250ml), indyk z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka z czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Zupa warzywna (250ml), indyk z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Zupa warzywna (250ml), indyk z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ryż (100g), surówka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Zupa warzywna (250ml), gulasz warzywny (80g), ryż (100g), surówka z czerwonej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Bułeczka drożdżowa z rodzynkami (60g), powidła (20g), owoce (100g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Bułeczka drożdżowa z rodzynkami (60g), powidła (20g), owoce (100g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BG – Hania – Bułeczka bg (60g), powidła (20g), owoce (100g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Bułeczka bg (60g), powidła (20g), owoce (100g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Bułeczka bez-pszena (60g), powidła (20g), owoce (100g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Bułeczka bg (60g), powidła (20g), owoce (100g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Bułeczka drożdżowa z rodzynkami (60g), powidła (20g), owoce (100g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Bułeczka drożdżowa z rodzynkami (60g), powidła (20g), owoce (100g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Środa

Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i cynamonem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta jajeczna (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Owsianka z jabłkiem i cynamonem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), pasta jajeczna (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

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

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Owsianka z jabłkiem i cynamonem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb żytni (50g), pasta jajeczna (20g), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Owsianka z jabłkiem i cynamonem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta jajeczna (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Owsianka z jabłkiem i cynamonem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta jajeczna (20g), tofu (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Rosół z indyka z makaronem (250ml), kotlet schabowy (80g), ziemniaki (100g), marchewka z groszkiem (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Rosół z indyka z makaronem (250ml), kotlet schabowy (80g), ziemniaki (100g), marchewka z groszkiem (80g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Rosół z indyka z makaronem bg (250ml), kotlet schabowy (80g), ziemniaki (100g), marchewka z groszkiem (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Rosół z indyka z makaronem bg (250ml), kotlet schabowy (80g), ziemniaki (100g), marchewka z groszkiem (80g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Rosół z indyka z makaronem bez-pszennym (250ml), kotlet schabowy (80g), ziemniaki (100g), marchewka z groszkiem (80g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Rosół z indyka z makaronem bg (250ml), kotlet schabowy (80g), ziemniaki (100g), marchewka (80g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Rosół z indyka z makaronem (250ml), kotlet schabowy (80g), ziemniaki (100g), marchewka (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Zupa warzywna (250ml), kotlet warzywny (80g), ziemniaki (100g), marchewka z groszkiem (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Kakaowe ciasto z owocami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Ciasto bezmleczne z owocami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Ciasto bg z owocami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Ciasto bezmleczne, bg z owocami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Ciasto bezmleczne, bez-pszeniczne z owocami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Ciasto bezmleczne, bg z owocami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Kakaowe ciasto z owocami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Kakaowe ciasto z owocami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Czwartek

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

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

Dieta BG – Hania – Kasza kukurydziana z kardamonem (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 kardamonem (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 kardamonem (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 kardamonem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasztet mięsny (20g), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

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

Obiad: Zupa ogórkowa (250ml), makaron z twarogiem i mussem owocowym (160g), surówka z selera, marchewki i jabłka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Zupa ogórkowa nie-zabielana (250ml), makaron z mussem owocowym (160g), surówka z selera, marchewki i jabłka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BG – Hania – Zupa ogórkowa (250ml), makaron bg z mussem owocowym (160g), surówka z selera, marchewki i jabłka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Zupa ogórkowa nie-zabielana (250ml), makaron bg z mussem owocowym (160g), surówka z selera, marchewki i jabłka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Zupa ogórkowa nie-zabielana (250ml), makaron bg z mussem owocowym (160g), surówka z selera, marchewki i jabłka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Zupa ogórkowa nie-zabielana (250ml), makaron bg z mussem owocowym (160g), surówka z selera, marchewki i jabłka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Zupa ogórkowa (250ml), makaron z mussem owocowym (160g), surówka z selera, marchewki i jabłka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Zupa ogórkowa (250ml), makaron z mussem owocowym (160g), surówka z selera, marchewki i jabłka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Bułka orkiszowa (50g), masło (10g), kielbasa żywiecka, ser żółty, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Bułka orkiszowa (50g), kielbasa żywiecka, szynka, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

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

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

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

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

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Bułka orkiszowa (50g), kielbasa żywiecka, ser żółty, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

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

Piątek

Śniadanie: Kawa zbożowa (30g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), twarożek ziarnisty (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Karob (30g), na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), szynka (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Karob (30g), na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Karob (30g), na mleku ryżowym (200ml), chleb żytni (50g), schab (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Karob (30g), na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Karob (30g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), twarożek ziarnisty (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Karob (30g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), twarożek ziarnisty (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), ryba gotowana na parze z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ziemniaki (100g) surówka z kapusty kiszzonej (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), ryba gotowana na parze z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ziemniaki (100g) surówka z kapusty kiszzonej (80g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), ryba gotowana na parze z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ziemniaki (100g) surówka z kapusty kiszzonej (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), ryba gotowana na parze z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ziemniaki (100g) surówka z kapusty kiszzonej (80g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), mięsko gotowane na parze (80g), ziemniaki (100g) surówka z kapusty kiszzonej (80g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), ryba gotowana na parze z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ziemniaki (100g) surówka (80g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Krupnik na kaszy jaglanej (250ml), ryba gotowana na parze z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ziemniaki (100g) surówka (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Krupnik wegetariański na kaszy jaglanej (250ml), ryba gotowana na parze z warzywami w sosie słodko-kwaśnym (80g), ziemniaki (100g) surówka z kapusty kiszzonej (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Galaretka (120g), ciasteczko owsiane (50g), koktajl (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Galaretka (120g), ciasteczko owsiane (50g), koktajl (200ml)

Dieta BG – Hania – Galaretka (120g), ciasteczko bg (50g), koktajl (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Galaretka (120g), ciasteczko bg (50g), koktajl (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Galaretka (120g), ciasteczko bez-pszenne (50g), koktajl (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Galaretka (120g), ciasteczko bg (50g), koktajl (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Galaretka (120g), ciasteczko owsiane (50g), koktajl (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Galaretka (120g), ciasteczko owsiane (50g), koktajl (200ml)