

Menu I 06-10.08.2018

Poniedziałek

Śniadanie: Kakao (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), szynka wiejska (20g), ser żółty (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), szynka wiejska (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb żytni (50g), schab (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

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

Obiad: Krem z białych warzyw z muszelkami (250ml), klopsik mięsno-warzywny (80g), kasza pęczak (100g), warzywa gotowane na parze (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Krem z białych warzyw z muszelkami (250ml), klopsik mięsno-warzywny (80g), kasza pęczak (100g), warzywa gotowane na parze (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BG – Hania – Krem z białych warzyw z makaronem bg (250ml), klopsik mięsno-warzywny (80g), kasza gryczana (100g), warzywa gotowane na parze (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Krem z białych warzyw z makaronem bg (250ml), klopsik mięsno-warzywny (80g), kasza gryczana (100g), warzywa gotowane na parze (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Krem z białych warzyw z makaronem bez-pszennym (250ml), klopsik mięsno-warzywny (80g), kasza pęczak (100g), warzywa gotowane na parze (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Krem z białych warzyw z makaronem bg (250ml), klopsik mięsno-warzywny (80g), kasza gryczana (100g), warzywa gotowane na parze (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Krem z białych warzyw z muszelkami (250ml), klopsik mięsno-warzywny (80g), kasza pęczak (100g), warzywa gotowane na parze (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Krem z białych warzyw z muszelkami (250ml), klopsik warzywny (80g), kasza pęczak (100g), warzywa gotowane na parze (80g), woda z owocami (200ml)

Podwieczorek: Budyń (150g), frużelina (20g), owoce (100g), woda z owocami (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Bezmleczny budyń (150g), frużelina (20g), owoce (100g), woda z owocami (200ml)

Dieta BG – Hania – Budyń (150g), frużelina (20g), owoce (100g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Bezmleczny budyń (150g), frużelina (20g), owoce (100g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Bezmleczny budyń (150g), frużelina (20g), owoce (100g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Bezmleczny budyń (150g), frużelina (20g), owoce (100g), woda z owocami (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Budyń (150g), frużelina (20g), owoce (100g), woda z owocami (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Budyń (150g), frużelina (20g), owoce (100g), woda z owocami (200ml)

Wtorek

Śniadanie: Kasza jaglana z rodzynkami (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), kielbasa żywiecka (20g), pasta z warzyw strączkowych (15g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Kasza jaglana z rodzynkami (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), kielbasa żywiecka (20g), pasta z warzyw strączkowych (15g), herbata (200ml)

Dieta BG – Hania – Kasza jaglana z rodzynkami (30g) na mleku (200ml), chleb bg (50g), masło (10g), schab (20g), pasta z warzyw strączkowych (15g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Kasza jaglana z rodzynkami (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (20g), pasta z warzyw strączkowych (15g), herbata (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Kasza jaglana z rodzynkami (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb żytni (50g), schab (20g), pasta z warzyw strączkowych (15g), herbata (200ml)

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

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Kasza jaglana z rodzynkami (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), kielbasa żywiecka (20g), pasta (15g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Kasza jaglana z rodzynkami (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser (20g), pasta z warzyw strączkowych (15g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa koperkowa z ryżem (250ml), makaron w sosie ziołowym z kurczakiem (160g), surówka z sałaty i rzodkiewki z jogurtem naturalnym (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Zupa koperkowa z ryżem nie-zabielana (250ml), makaron w sosie ziołowym z kurczakiem (160g), surówka z sałaty i rzodkiewki (80g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Zupa koperkowa z ryżem (250ml), makaron bg w sosie ziołowym z kurczakiem (160g), surówka z sałaty i rzodkiewki z jogurtem naturalnym (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Zupa koperkowa z ryżem nie-zabielana (250ml), makaron bg w sosie ziołowym z kurczakiem (160g), surówka z sałaty i rzodkiewki (80g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Zupa koperkowa z ryżem nie-zabielana (250ml), makaron bez-pszeniczny w sosie ziołowym z kurczakiem (160g), surówka z sałaty i rzodkiewki (80g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Zupa koperkowa z ryżem nie-zabielana (250ml), makaron bg w sosie ziołowym z kurczakiem (160g), surówka z sałaty i rzodkiewki (80g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Zupa koperkowa z ryżem (250ml), makaron w sosie ziołowym z kurczakiem (160g), surówka z sałaty i rzodkiewki z jogurtem naturalnym (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Zupa koperkowa z ryżem (250ml), makaron w sosie warzywno - ziołowym (160g), surówka z sałaty i rzodkiewki z jogurtem naturalnym (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane (10g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), kompot (200ml)

Środa

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

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

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

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

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

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

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

Dieta wegetariańska – Kalina – Płatki wielozbożowe (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser (20g), pasta z makreli i ogórka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa minestrone (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), surówka z buraczków (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Zupa minestrone (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), surówka z buraczków (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BG – Hania – Zupa minestrone (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), surówka z buraczków (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Zupa minestrone (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), surówka z buraczków (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Zupa minestrone (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), surówka z buraczków (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Zupa minestrone (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), surówka z buraczków (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Zupa minestrone (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), surówka z buraczków (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Zupa minestrone (250ml), kotlecik warzywny (80g), ziemniaki (100g), surówka z buraczków (80g), woda z owocami (200ml)

Podwieczorek: Chleb (50g), masło (10g), polędwica sopocka (20g), warzywa do pochrupania (40g), dipy (20g), woda z owocami (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Chleb (50g), polędwica sopocka (20g), warzywa do pochrupania (40g), dipy (20g), woda z owocami (200ml)

Dieta BG – Hania – Chleb bg (50g), schab (20g), warzywa do pochrupania (40g), dipy (20g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Chleb bg (50g), schab (20g), warzywa do pochrupania (40g), dipy (20g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Chleb żytni (50g), schab (20g), warzywa do pochrupania (40g), dipy (20g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Chleb bg (50g), schab (20g), warzywa do pochrupania (40g), dipy (20g), woda z owocami (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Chleb (50g), polędwica sopocka (20g), warzywa do pochrupania (40g), dipy (20g), woda z owocami (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Chleb (50g), pasta (20g), warzywa do pochrupania (40g), dipy (20g), woda z owocami (200ml)

Czwartek

Śniadanie: Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), pasztet (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BG – Hania – Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku (200ml), chleb bg (50g), masło (10g), pasztet (20g), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku ryżowym (200ml), chleb żytni (50g), pasztet (20g), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasztet (20g), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet warzywny (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Rosół (250ml), ragout warzywne (80g), kasza gryczana (100g), surówka z ogórka kiszzonego (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Rosół (250ml), ragout warzywne (80g), kasza gryczana (100g), surówka z ogórka kiszzonego (80g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Rosół (250ml), ragout warzywne (80g), kasza gryczana (100g), surówka z ogórka kiszzonego (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Rosół (250ml), ragout warzywne (80g), kasza gryczana (100g), surówka z ogórka kiszzonego (80g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Rosół (250ml), ragout warzywne (80g), kasza gryczana (100g), surówka z ogórka kiszzonego (80g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Rosół (250ml), ragout warzywne (80g), kasza gryczana (100g), surówka z ogórka kiszzonego (80g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Rosół (250ml), ragout warzywne (80g), kasza gryczana (100g), surówka z ogórka kiszzonego (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Zupa warzywna (250ml), ragout warzywne (80g), kasza gryczana (100g), surówka z ogórka kiszzonego (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BG – Hania – Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Piątek

Śniadanie: Kawa zbożowa (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twarożek na słodko (20g), miód/powidła (15g), herbata (200ml)

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

Dieta BG – Hania – Karob (2g) na mleku (200ml), chleb bg (50g), masło (10g), twarożek na słodko (20g), miód/powidła (15g), herbata (200ml)

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

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

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

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Karob (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twarożek na słodko (20g), miód/powidła (15g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Karob (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twarożek na słodko (20g), miód/powidła (15g), herbata (200ml)

Obiad: Krem marchewkowo-porowy z grzankami (250ml), ryba gotowana na parze z emulsją cytrynową (80g), ziemniaki (100g), surówka z kapusty kiszzonej (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Krem marchewkowo-porowy z grzankami (250ml), ryba gotowana na parze z emulsją cytrynową (80g), ziemniaki (100g), surówka z kapusty kiszzonej (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BG – Hania – Krem marchewkowo-porowy z grzankami bg (250ml), ryba gotowana na parze z emulsją cytrynową (80g), ziemniaki (100g), surówka z kapusty kiszzonej (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Krem marchewkowo-porowy z grzankami bg (250ml), ryba gotowana na parze z emulsją cytrynową (80g), ziemniaki (100g), surówka z kapusty kiszzonej (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMPC, bez ryb, wafli ryżowych – Miłosz K. – Krem marchewkowo-porowy z grzankami bez-pszennymi (250ml), mięsko gotowane (80g), ziemniaki (100g), surówka z kapusty kiszzonej (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Krem marchewkowy z grzankami bg (250ml), ryba gotowana na parze z emulsją cytrynową (80g), ziemniaki (100g), surówka (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Krem marchewkowy z grzankami (250ml), ryba gotowana na parze z emulsją cytrynową (80g), ziemniaki (100g), surówka (80g), woda z owocami (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Krem marchewkowo-porowy z grzankami (250ml), ryba gotowana na parze z emulsją cytrynową (80g), ziemniaki (100g), surówka z kapusty kiszzonej (80g), woda z owocami (200ml)

Podwieczorek: Bułka (50g), masło (10g), ser żółty, warzywa (40g), woda z owocami (200ml)

Dieta BM – Ludwik, Franek P. – Bułka (50g), szynka, warzywa (40g), woda z owocami (200ml)

Dieta BG – Hania – Bułka bg (50g), ser żółty, warzywa (40g), woda z owocami (200ml)

Dieta BMG – Liliana, Max, BMGC – Kuba B. – Bułka bg (50g), schab, warzywa (40g), woda z owocami (200ml)

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

Dieta BMGC, niewzdymająca – Zuzia, Mateusz K. – Bułka bg (50g), schab, warzywa (40g), woda z owocami (200ml)

Dieta niewzdymająca – Jan N. – Bułka (50g), ser żółty, warzywa (40g), woda z owocami (200ml)

Dieta wegetariańska – Kalina – Bułka (50g), ser żółty, warzywa (40g), woda z owocami (200ml)