

listopad

POSIŁKI STANDARDOWE

wt., 12.11.2024

ŚNIADANIE	twarożek jogurtowy ze szczypiorkiem (mleko)
	ogórek, pomidor
	masło extra (mleko)
	chleb pszenno-żytni (gluten)
	herbata rooibos, bez cukru

ZUPA	zupa jarzynowa z ziemniakami (mleko, seler)
OBIAD	sos jogurtowy z truskawkami (mleko)
	makaron świderki (gluten)
	kompot owocowy

PODWIECZOREK	cebularz z makiem (gluten, mleko, jaja)
--------------	---

RODZAJ DIETY

FULMANA DIETA 1	FULMANA KORNEL	FULMANA DIETA 3
B. MLEKA, B. JAJKA, B. RYBY B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, cytrusy, pomidor (dozwolone: chleb żytni na zakwasie, chleb kukurydziany)	DIETA B. JAJKA, WOŁOWINY banan, jabłko, ananas, cytrusy, ryż, kukurydza, orzechy laskowe, orzechy ziemne	CUKRZYCA – DIETA Z NISKIM IG, B. CUKRU płatki na mleku, kakao z mlekiem, kawa zbożowa (śniadanie 1,5WW, zupa 0,5WW, II danie 1,5WW, podwieczorek 1,5-2WW)

twarożek ze słonecznika	ŚNIADANIE WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	twarożek jogurtowy ze szczypiorkiem (40g)
ogórek		ogórek, pomidor (20g)
wegańskie maselko		masło extra (4g)
bułka grahamka		chleb pszenno-żytni (30g) 1,5WW
herbata rooibos, bez cukru	herbata rooibos, bez cukru	herbata rooibos, bez cukru

zupa – BEZ ŚMIETANY	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	zupa fasolkowa 100ml (w tym 30g ZIEMNIAKÓW) 0,5WW,
mus truskawkowy, bez JOGURTU	OBIAD WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	sos jogurtowy z truskawkami 100g (50g jogurt, 50g truskawki)
makaron świderki		makaron pełnoziarnisty (75g) 1,5WW
kompot owocowy	-	-

cebularz z makiem, bez MLEKA, bez JAJKA	cebularz z makiem, bez MLEKA, bez JAJKA	kanapka [chleb pszenno-żytni (30g), wędlina z indyka (15g), masło (4g), ogórek (15g)] 1,5WW
---	---	---

RODZAJ DIETY

RADOŚCI IGNACY
DIETA B. CUKRU

ŚNIADANIE WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH
herbata rooibos, bez cukru

ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH
sos jogurtowy z truskawkami, bez CUKRU
makaron świderki
-

PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH
--

listopad

POSIŁKI STANDARDOWE

śr., 13.11.2024

ŚNIADANIE	pastą z kurczaka z suszonymi pomidorami
	ogórek
	masło extra (mleko)
	bułka grahamka (gluten)
	kawa zbożowa z mlekiem (gluten, mleko)

ZUPA	zupa pomidorowa z ryżem (mleko, seler)
OBIAD	pałka z kurczaka pieczona ŻŁOBEK kotlecik drobiowy (gluten, jaja)
	ziemniaki gotowane
	surówka z białej kapusty, marchewki i kukurydzy (gorczyca, jaja)
	kompot owocowy

PODWIECZOREK	banan
---------------------	-------

RODZAJ DIETY

FULMANA DIETA 1	FULMANA KORNEL	FULMANA DIETA 3
B. MLEKA, B. JAJKA, B. RYBY B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, cytrusy, pomidor (dozwolone: chleb żytni na zakwasie, chleb kukurydziany)	DIETA B. JAJKA, WOŁOWINY banan, jabłko, ananas, cytrusy, ryż, kukurydza, orzechy laskowe, orzechy ziemne	CUKRZYCA – DIETA Z NISKIM IG, B. CUKRU płatki na mleku, kakao z mlekiem, kawa zbożowa (śniadanie 1,5WW, zupa 0,5WW, II danie 1,5WW, podwieczorek 1,5-2WW)

pastą z kurczaka, bez SUSZONYCH POMIDORÓW	pastą z kurczaka z suszonymi pomidorami	pastą z kurczaka z suszonymi pomidorami (30g)
ogórek	ogórek	ogórek (20g)
wegańskie maselko	masło extra	masło extra (4g)
chleb bezglutenowy BG	bułka grahamka	chleb pszenno-żytni (30g) 1,5WW
-	kawa zbożowa z mlekiem	-

ROSÓŁ z MAKARONEM	zupa pomidorowa z MAKARONEM	zupa pomidorowa 150ml, makaron pełnoziarnisty (25g) 0,5WW
pałka z kurczaka pieczona	pałka z kurczaka pieczona	pałka z kurczaka pieczona (100g)
ziemniaki gotowane	ziemniaki gotowane	ziemniaki 97g 1,5WW
surówka, bez MAJONEZU, bez SOKU Z CYTRYNY	surówka, bez MAJONEZU, bez KUKURYDZY, bez SOKU Z CYTRYNY	surówka, bez CUKRU 70g
kompot owocowy	-	-

PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	banan (90g) 1 WW
--	--	------------------

RODZAJ DIETY

RADOŚCI IGNACY
DIETA B. CUKRU

pastą z kurczaka z suszonymi pomidorami
ogórek
masło extra
bułka grahamka
kawa zbożowa z mlekiem

zupa – BEZ ŚMIETANY
pałka z kurczaka pieczona
ziemniaki gotowane
surówka, bez CUKRU
-

PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH
--

listopad

POSIŁKI STANDARDOWE

czw., 14.11.2024

ŚNIADANIE	paprykarz z warzywami (ryba, seler)
	ser żółty (mleko)
	ogórek
	masło extra (mleko)
	chleb pszenno-żytni (gluten)
	herbata z owoców leśnych (bez cukru)

ZUPA	zupa soczewicowa z pomidorami (mleko, seler)
-------------	--

OBIAD	kurczaka w sosie serowym z warzywami (gluten, mleko)
	makaron kokardki (gluten)
	kompot owocowy

PODWIECZOREK	drożdżówka z serem i owocami (gluten, mleko, jaja)
---------------------	--

RODZAJ DIETY

FULMANA DIETA 1	FULMANA KORNEL	FULMANA DIETA 3
B. MLEKA, B. JAJKA, B. RYBY B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, cytrusy, pomidor (dozwolone: chleb żytni na zakwasie, chleb kukurydziany)	DIETA B. JAJKA, WOŁOWINY banan, jabłko, ananas, cytrusy, ryż, kukurydza, orzechy laskowe, orzechy ziemne	CUKRZYCA – DIETA Z NISKIM IG, B. CUKRU płatki na mleku, kakao z mlekiem, kawa zbożowa (śniadanie 1,5WW, zupa 0,5WW, II danie 1,5WW, podwieczorek 1,5-2WW)

-	ŚNIADANIE WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	paprykarz z warzywami (15g)
wędlina drobiowa (bez MLEKA) 2 plasterki		ser żółty (15g)
ogórek		ogórek (20g)
wegańskie maselko		masło extra (4g)
chleb bezglutenowy BG		chleb pszenno-żytni (30g) 1,5WW
herbata z owoców leśnych (bez cukru)		herbata z owoców leśnych (bez cukru)

zupa na bulionie WARZYWNY, bez ŚMIETANY, bez POMIDORÓW	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	zupa soczewicowa 100ml (w tym 30g ZIEMNIAKÓW) 0,5WW
--	--------------------------------	---

kurczaka w sosie serowym z warzywami, bez ŚMIETANY (z serem WEGAŃSKIM)	OBIAD WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	kurczaka w sosie serowym z warzywami 100g, bez mąki
makaron kokardki		makaron pełnoziarnisty 75g 1,5WW
kompot owocowy	-	-

muffinka z owocami, bez MLEKA, bez JAJKA	muffinka z owocami, bez JAJKA (bez JABŁKA, BANANA, ANANASA)	kanapka [chleb pszenno-żytni (30g), ser żółty (15g), masło (4g), ogórek (15g)] 1,5WW
--	---	--

RODZAJ DIETY

RADOŚCI IGNACY
DIETA B. CUKRU

ŚNIADANIE WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH
herbata z owoców leśnych (bez cukru)

zupa – BEZ ŚMIETANY

OBIAD WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH
-

muffinka z owocami, bez CUKRU

listopad

POSIŁKI STANDARDOWE

pt., 15.11.2024

ŚNIADANIE	płatki kukurydziane z mlekiem (gluten, mleko)
	dżem truskawkowy, niskosłodzony
	masło extra (mleko)
	bułka maślana (gluten, mleko, jaja)
	herbata z owoców leśnych (bez cukru)

ZUPA	zupa z kolorowej fasolki szparagowej- żółtej i zielonej (mleko, seler)
OBIAD	filet z miruny w panierce (gluten, jaja, seler) ŻŁOBEK kotlecik rybny
	ziemniaki gotowane
	surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i jabłka
	kompot owocowy

PODWIECZOREK	jabłko
	pałka kukurydziana

RODZAJ DIETY

FULMANA DIETA 1	FULMANA KORNEL	FULMANA DIETA 3
B. MLEKA, B. JAJKA, B. RYBY B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, cytrusy, pomidor (dozwolone: chleb żytni na zakwasie, chleb kukurydziany)	DIETA B. JAJKA, WOŁOWINY banan, jabłko, ananas, cytrusy, ryż, kukurydza, orzechy laskowe, orzechy ziemne	CUKRZYCA – DIETA Z NISKIM IG, B. CUKRU płatki na mleku, kakao z mlekiem, kawa zbożowa (śniadanie 1,5WW, zupa 0,5WW, II danie 1,5WW, podwieczorek 1,5-2WW)

płatki kukurydziane, napój sojowy	płatki owsiane z mlekiem	ser biały (20g)
dżem truskawkowy, niskosłodzony	dżem truskawkowy, niskosłodzony	dżem truskawkowy, niskosłodzony (15g) 0,5WW
wegańskie maselko	masło extra	masło extra (4g)
chleb bezglutenowy BG	bułka pszenna	chleb pszenno-żytni (30g) 1,5WW
herbata owocowa (bez cukru)	herbata owocowa (bez cukru)	herbata owocowa (bez cukru)

zupa – BEZ ŚMIETANY	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	zupa fasolkowa 100ml (w tym 30g ZIEMNIAKÓW) 0,5WW,
kotlecik z KURCZAKA, bez JAJKA	filet z miruny, bez JAJKA	miruna pieczona, bez PANIERKI 80g
ziemniaki gotowane	ziemniaki gotowane	młode ziemniaki 97g 1,5WW
surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i jabłka	surówka, bez JABŁKA	surówka, bez CUKRU 70g
kompot owocowy	-	-

PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	gruszka	jabłko 100g 1 WW
	wafel ryżowy	warzywa do chrupania 20g

RODZAJ DIETY

RADOŚCI IGNACY
DIETA B. CUKRU

płatki kukurydziane z mlekiem
dżem 100%, bez cukru
masło extra
bułka pszenna
herbata owocowa (bez cukru)

ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH
filet z miruny w panierce
ziemniaki gotowane
surówka, bez CUKRU
-

PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH
--