

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: GCR Repty | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-12-16 Dieta: DIETA PODSTAWOWA REPTY | | |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), masło porcje10g , Kiełbasa krakowska50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek konserwowy40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | zupa jarzynowa z ziemniakami400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gulasz wieprzowy z papryką i ogórkiem kiszonym (100g+100ml sos) (GLUTEN), buraki120g , Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Rama porcjowana , Sałatka makaronowa z tuńczyka ,kukurydzy,ogórka i szczypiorku (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor40g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO), |
| poniedziałek 2024-12-16 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA REPTY | | |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Kiełbasa krakowska50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), masło porcje10g , pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), buraki120g , Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Rama porcjowana , Pasta mięsna 70g(9) (SELER), Pomidor40g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO), |
| poniedziałek 2024-12-16 Dieta: (MIAŻDŻYCOWA) DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KW.TŁUSZCZOWYCH | | |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), masło porcje10g , Kiełbasa krakowska50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek konserwowy40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | zupa jarzynowa z ziemniakami400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gulasz wieprzowy z papryką i ogórkiem kiszonym (100g+100ml sos) (GLUTEN), buraki120g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), | chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Sałatka makaronowa z tuńczyka ,kukurydzy,ogórka i szczypiorku (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor40g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO), |
| poniedziałek 2024-12-16 Dieta: (CUKRZYCOWA)DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW REPTY | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), masło porcje10g , Kiełbasa krakowska50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek konserwowy40g , kawa z mlekiem b/cukru250ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.) , | zupa jarzynowa z ziemniakami400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gulasz wieprzowy z papryką i ogórkiem kiszonym (100g+100ml sos) (GLUTEN), buraki120g , Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Sałatka makaronowa z tuńczyka ,kukurydzy,ogórka i szczypiorku (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), herbata b/cukru , Pomidor40g , Posiłek nocny: Serek naturalny150g , |
| wtorek 2024-12-17 Dieta: DIETA PODSTAWOWA REPTY | | |
| chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), bułka grahamka 1szt. , masło porcje10g , Polędwica premium 50.g , Sałata zielona 15g , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Knedle z mięsem boczkiem i cebulką6szt. , Sałatka coleslaw120g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Rama porcjowana , Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml , Kiełki 4g , Posiłek nocny: Przecier warzywno - owocowy , |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: GCR Repty | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-12-17 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA REPTY | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), masło porcje10g , Polędwica premium 50.g , Sałata zielona 15g , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Rama porcjowana , miód1szt. , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Kiełki 4g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Przecier warzywno - owocowy , |
| wtorek 2024-12-17 Dieta: (MIAŻDŻYCOWA) DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KW.TŁUSZCZOWYCH | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), bułka grahamka 1szt. , masło porcje10g , Polędwica premium 50.g , Sałata zielona 15g , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka meksykańska120g (SELER), Sałatka colesław120g , Ryż brązowy na sypko200g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml , Kiełki 4g , Posiłek nocny: Przecier warzywno - owocowy , |
| wtorek 2024-12-17 Dieta: (CUKRZYCOWA)DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW REPTY | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), bułka grahamka 1szt. , masło porcje10g , Polędwica premium 50.g , Sałata zielona 15g , Pomidor40g , kawa z mlekiem b/cukru250ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Przecier warzywno - owocowy , | Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka meksykańska120g (SELER), Sałatka colesław120g , Ryż brązowy na sypko200g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Jajko 1 szt (JAJ), herbata b/cukru , Kiełki 4g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), |
| środa 2024-12-18 Dieta: DIETA PODSTAWOWA REPTY | | |
| zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), masło porcje10g , Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Bitka wieprzowa w sosie własnym 70.g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), kapusta z ziemniakami300g , | chleb krojony mały120.g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Rama porcjowana , Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 90g (MLEKO), rukola 6g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Sok warzywny 200ml , |
| środa 2024-12-18 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA REPTY | | |
| zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), masło porcje10g , pomidor40g , Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), potrawka mięsna(120g+80g sos) (GLUTEN, SELER), kalafior z wody z masłem i bułka tarta120g. (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , | Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Twaróg90g (MLEKO), rukola 6g , Rama porcjowana , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Sok warzywny 200ml , |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: GCR Repty | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-12-18 | | |
| Dieta: (MIAŻDŻYCOWA) DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KW.TŁUSZCZOWYCH | | |
| zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), masło porcje10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor40g , | Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), potrawka mięsna(120g+80g sos) (GLUTEN, SELER), kafałior z wody z masłem i bułka tarta120g. (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 90g (MLEKO), rukola 6g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Sok warzywny 200ml , |
| środa 2024-12-18 | | |
| Dieta: (CUKRZYCOWA)DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW REPTY | | |
| Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), masło porcje10g , Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), kawa z mlekiem b/cukru250ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), pomidor40g , II Śniadanie: papryka czerwona 80g , Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), potrawka mięsna(120g+80g sos) (GLUTEN, SELER), kafałior z wody z masłem i bułka tarta120g. (GLUTEN), ziemniaki gotowane200g. , | Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 90g (MLEKO), rukola 6g , herbata b/cukru , Posiłek nocny: Sok warzywny 200ml , |
| czwartek 2024-12-19 | | |
| Dieta: DIETA PODSTAWOWA REPTY | | |
| chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), bułka grahamka 1szt. , masło porcje10g , Szynka na kartki mielona 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomarańcza50g , Kiełki 4g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym350g(1,3,7,9) (GLUTEN), | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Szynka konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml , Mix sałat 10g , Posiłek nocny: Kefir (MLEKO), |
| czwartek 2024-12-19 | | |
| Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA REPTY | | |
| chleb krojony mały120,g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Szynka na kartki mielona 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), masło porcje10g , Pomarańcza50g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Kiełki 4g , | Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa 70.g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), | Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Rama porcjowana , Szynka konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml , Mix sałat 10g , Posiłek nocny: Kefir (MLEKO), |
| czwartek 2024-12-19 | | |
| Dieta: (MIAŻDŻYCOWA) DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KW.TŁUSZCZOWYCH | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), bułka grahamka 1szt. , masło porcje10g , Szynka na kartki mielona 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomarańcza50g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Kiełki 4g , | Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym350g(1,3,7,9) (GLUTEN), | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Szynka konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml , Mix sałat 10g , Posiłek nocny: Kefir (MLEKO), |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: GCR Repty | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-12-19 | | |
| Dieta: (CUKRZYCOWA)DIETA Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW REPTY | | |
| chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), bułka grahamka 1szt. , masło porcje10g , Szyunka na kartki mielona 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), kawa z mlekiem b/cukru250ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Pomarańcza50g , Kielki 4g , II Śniadanie: Sok buraczano -marchwiowy200ml (SELER), | Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa 70.g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), surówka z marchwi i jabłka 100g (MLEKO), Ziemniaki gotowane 200g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Rama porcjowana , Szyunka konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), herbata b\cukru , Mix sałat 10g , Posiłek nocny: Kefir (MLEKO), |
| piątek 2024-12-20 | | |
| Dieta: DIETA PODSTAWOWA REPTY | | |
| Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), masło porcje10g , Ser żółty 50g (MLEKO), Pomidor40g , Kielki 4g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | zupa kapuśniak400ml. (GLUTEN, SELER), jajko gotowane 1szt. , Sos musztardowy 100g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki gotowane200g. , | Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml , Sałata zielona 15g , Posiłek nocny: Mus owocowy 110g , |
| piątek 2024-12-20 | | |
| Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA REPTY | | |
| Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), masło porcje10g , Twaróg50g (MLEKO), Dżem porcja 1szt. 25g , Pomidor40g , Kielki 4g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa krem z dyni z dodatkiem majeranku i pietruszki z grzankami(400ml 30g) (MLEKO, GLUTEN, SELER), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), | chleb krojony mały120.g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Rama porcjowana , Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Sałata zielona 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 110g , |
| piątek 2024-12-20 | | |
| Dieta: (MIAŻDŻYCOWA) DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KW.TŁUSZCZOWYCH | | |
| Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), masło porcje10g , Dżem porcja 1szt. 25g , Twaróg50g (MLEKO), Pomidor40g , Kielki 4g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | zupa kapuśniak400ml. (GLUTEN, SELER), jajko gotowane 1szt. , Sos musztardowy 100g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , | Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Rama porcjowana , Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Sałata zielona 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 110g , |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: GCR Repty | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2024-12-20 | | |
| Dieta: (CUKRZYCOWA)DIETA Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW REPTY | | |
| Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), masło porcje10g , Ser żółty 50g (MLEKO), Pomidor40g , Kiełki 4g , kawa z mlekiem b/cukru250ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g , | zupa kapuśniak400ml. (GLUTEN, SELER), jajko gotowane 1szt. , Sos musztardowy 100g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLUTEN, ROS), Ziemniaki gotowane 200g , | chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Sałata zielona 15g , herbata b/cukru , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), |
| sobota 2024-12-21 | | |
| Dieta: DIETA PODSTAWOWA REPTY | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), masło porcje10g , Parówki nowojorskie100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), Bigos 300g(1,6,7,9,10,) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Szynka z piersi indyczej 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor40g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: serek wiejski 1szt. , |
| sobota 2024-12-21 | | |
| Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA REPTY | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), masło porcje10g , Parówki nowojorskie100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), Udziec duszony wieprzowy 70g(1,7) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , | Szynka z piersi indyczej 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Rama porcjowana , Herbata 250ml , pomidor40g , Posiłek nocny: serek wiejski 1szt. , |
| sobota 2024-12-21 | | |
| Dieta: (MIAŻDŻYCOWA) DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KW.TŁUSZCZOWYCH | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), masło porcje10g , Parówki nowojorskie100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), Udziec duszony wieprzowy 70g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty kiszonej 120g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Rama porcjowana , Szynka z piersi indyczej 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor40g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: serek wiejski 1szt. , |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: GCR Repty | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| sobota 2024-12-21 | | |
| Dieta: (CUKRZYCOWA)DIETA Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW REPTY | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Parówki nowojorskie100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), masło porcje10g , Mix sałat 10g , kawa z mlekiem b/cukru250ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: sok warzywny 200ml , | Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Udziec duszony wieprzowy 70g(1,7) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty kiszzonej 120g , | Szynka z piersi indyczej 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Rama porcjowana , herbata b/cukru , pomidor40g , Posiłek nocny: serek wiejski 1szt. , |
| niedziela 2024-12-22 | | |
| Dieta: DIETA PODSTAWOWA REPTY | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), masło porcje10g , szynkowa dębowa 50g , Kielki 4g , Herbata 250ml , | Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , twaróg ze szczypiorkiem90g(7) (MLEKO), Herbata 250ml , Papryka czerwona40g , Posiłek nocny: Ciastka owsiane25g , |
| niedziela 2024-12-22 | | |
| Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA REPTY | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), masło porcje10g , szynkowa dębowa 50g , Herbata 250ml , Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Kielki 4g , | Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Rama porcjowana , Twaróg90g (MLEKO), Herbata 250ml , rukola 6g , Posiłek nocny: Ciastka owsiane25g , |
| niedziela 2024-12-22 | | |
| Dieta: (MIAŻDŻYCOWA) DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KW.TŁUSZCZOWYCH | | |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), masło porcje10g , szynkowa dębowa 50g , Herbata 250ml , Kielki 4g , | Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , | Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , Twaróg ze szczypiorkiem 90g (MLEKO), Herbata 250ml , Papryka czerwona40g , Posiłek nocny: Ciastka owsiane25g , |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: GCR Repty | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| niedziela 2024-12-22 | | Dieta: (CUKRZYCOWA)DIETA Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW REPTY |
| Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), masło porcje10g , szynkowa dębowa 50g , herbata b\cukru , Kielki 4g , II Śniadanie: Ogórek kiszony 100g , Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), | Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , | Chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Rama porcjowana , twaróg ze szczypiorkiem 90g(7) (MLEKO), herbata b\cukru , Papryka czerwona40g , Posiłek nocny: Paszтет drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), pieczywo (chleb wiejski lub słonecznikowy) (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), |

Dietetyk

.....