

Jadłospis na Jonscher									
dieta ogólna	9/27/2021	28/09/2021	29/09/2021	30/09/2021	1/10/2021	2/10/2021	3/10/2021		
3	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA		
Śniadanie	<p>pl. owsiane na mleku 0,3l (mleko)</p> <p>szynkowa wp. 30g (soja, seler, gorczyca);</p> <p>ogórek zielony 30g (-), sałata (-)</p> <p>rzodkiewka 30g (-)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>pl. owsiane na mleku 0,3l (gluten, mleko) - cukrzyca</p> <p>jajko gotowane 1 szt. (jaja)</p> <p>ogórek zielony 30g (-)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>budyńowa 0,3l (mleko)</p> <p>twarożek chrzanowy z zieloną 60g (mleko i produkty pochodne)</p> <p>owoc (-)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>kaszka jęczmienna na mleku 0,3l (gluten, jaja, mleko) - cukrzyca</p> <p>pieczeń 65g (soja, seler, gorczyca, gluten)</p> <p>ogórek kiszony 30g (gorczyca)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>marm na mleku 0,3l (gluten, mleko)</p> <p>twarożek 60g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>rzodkiewka ze szczypiorkiem 20g (-)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>/młakon na mleko (gluten, mleko) /</p> <p>podzienna 30g (soja, seler, gorczyca)</p> <p>ogórek zielony 30g (-)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>jajko gotowane 1 szt. (jaja); natka pietruszki (-)</p> <p>owoc (-)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>kakao 0,2l (mleko)</p>		
Obiad	<p>zupa brokułowa 0,4l (gluten, seler, mleko)</p> <p>młakon 200g (gluten)</p> <p>gulasz mięsny z warzywami 200g (gluten, seler)</p> <p>surówka z marchwi 100g (-)</p> <p>napój z soku 0,2l (-)</p>	<p>zupa marchwiowa 0,4l (gluten, gluten)</p> <p>ziemniaki 200g (-)</p> <p>kotlet mielony 90g (gluten, jaja)</p> <p>kapuśka zasmażana 100g (gluten)</p> <p>napój z soku 0,2l (-)</p>	<p>zupa koperkowa 0,4l (gluten, seler)</p> <p>ryż 200g (-)</p> <p>schab gotowany w sosie curry 80g/100g (gluten, seler)</p> <p>buraczki na zimno 100g (-)</p> <p>napój z soku 0,2l (-)</p>	<p>zupa pomidorowa 0,4l (mleko i produkty pochodne, seler, gluten)</p> <p>kurczak opiekany z papryką 100g (-)</p> <p>ziemniaki 200g (-)</p> <p>surówka widowazyczna 100g (seler, gorczyca)</p> <p>napój z soku 0,2l (-)</p>	<p>krupnik z kaszą jęczmienną 0,4l (gluten, seler, mleko)</p> <p>ryba pieczona beztłuszczowa 80g (ryba, jaja, gluten)</p> <p>ziemniaki 200g (-)</p> <p>surówka Cotelet 100g (jaja, mleko)</p> <p>maślanka 0,2l (mleko i produkty pochodne)</p>	<p>barszcz czerwony z ziemniak 0,4l (gluten, seler, mleko)</p> <p>kasza jęczmienna 200g (gluten)</p> <p>pułpek wp. w sosie pomidorowym 80g (gluten, jaja)</p> <p>surówka z kapuśki białej z kukurydzą 100g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>napój z soku 0,2l (-)</p>	<p>rosół z natką 0,4l (gluten, jaja, seler)</p> <p>kurczak opiekany z papryką 100g (-)</p> <p>ziemniaki 200g (-)</p> <p>surówka z marchwi 100g (-)</p> <p>napój z soku 0,2l (-)</p>		
Kolacja	<p>ser żółty 30g (mleko i produkty pochodne)</p> <p>papryka 30g (gorczyca)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>parówka 60g (gluten, soja, gorczyca)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>parówka 60g (gluten, soja, gorczyca)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>szynka drobiowa 30g (gluten, soja, gorczyca)</p> <p>marmolada 25g (-) liść sałaty (-) owoc (-)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>ser żółty 30g (mleko i produkty pochodne)</p> <p>papryka 30g (gorczyca)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>szynka prasowana 30g (soja, seler, gorczyca)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>	<p>poledwica z koperkiem 30g (soja, seler, gorczyca)</p> <p>sałatka jarzynowa 50g (seler, gorczyca)</p> <p>pieczywo 150g (gluten)</p> <p>maksalko 15g (mleko i pochodne mleka)</p> <p>herbata 0,2l (-)</p>		
dieta lekkostrawna	<p>kukurydzianko na ml 0,3l (mleko)</p>	<p>pl. owsiane na mleku 0,3l (gluten, mleko)</p>	<p>budyńowa 0,3l (mleko)</p>	<p>kaszka jęczmienna na mleku 0,3l (gluten, jaja, mleko)</p>	<p>marm na mleku 0,3l (gluten, mleko)</p>	<p>/młakon na mleko (gluten, mleko) /</p>	<p>jajko gotowane 1 szt. (jaja); natka pietruszki (-)</p>		