

	Diety	27.07.26.poniedziałek	28.07.26.wtorek	29.07.26.środa	30.07.26.czwartek	31.07.26.piątek
I śniadanie	Normalna	pł owsiane na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,k szynkowa 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka gotowana 40g,pomidor 40g,koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,ser biały 100g,powida 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka350ml,k szynkowa 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka350ml,szynka gotowana 40g,pomidor 40g,koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka350ml,półdewica a sopocka 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł owsiane na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,k szynkowa 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka gotowana 40g,pomidor 40g,koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,ser biały 100g,powida 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z szynką,ogórek,jabłko	kanapka z jajko,papryka,jabłko	bułka z ser topiony,pomidor,śliwka	kanapka z pasztetem sojowym,ogórek,kiwi	bułka z szynka,pomidor,śliwka
Obiad	Normalna	żurek z jajkiem i kielbasą 400ml,sznicel dr z pieca 110g,marchewka got 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony 400ml,k schabowy z pieca 110g,sałata z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkowa 400ml,k mielony z pieca 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,pierś z indyka z grila 110g,mizeria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zupa z soczewicy 400ml,kotlet z jaj 110g,sałata lodowa w sosie vinegrett 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa400ml,sznicel dr na parze 110g,sał z pomidora 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony 400ml,schab na parze 110g,sałata z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,klops na parze 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ziemniakami 400ml,pierś z indyka na parze 110g,mizeria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa400ml,dorsz na parze 110g,sałata lodowa w sosie vinegrett 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
	Lekkostrawna	koperkowa400ml,sznicel dr na parze 110g,marchewka got 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony 400ml,schab na parze 110g,sałata z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,klops na parze 110g,kałafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,pierś z indyka na parze 110g,mizeria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa400ml,dorsz na parze 110g,sałata lodowa w sosie vinegrett 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
Podwieczerek		budyniem\cukrzyca sok jabłkowy 250ml	banan\cukrzyca jabłko	nektarynka	melon	banan\cukrzyca jabłko
Kolacja	Normalna	pasztet wp 80g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	połdewica z indyka 60g,rzodkiew100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	ser żółty 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	schab pieczony 60g,sałata zielona10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pasta z dorsza pieczonego100g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)
	Cukrzyca	szynka z beczi 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	połdewica z indyka 60g,rzodkiew100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka sołtysówka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	schab pieczony 60g,sałata zielona10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pasta z dorsza pieczonego100g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)

	Lekkostrawna	szynka z beczki 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	polędwica z indyka 60g, rzodkiew 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka soltysówka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	schab pieczony 60g, sałata zielona 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pasta z dorsza pieczonego 100g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)
Posiłki	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko gotowane, masło 5g, pieczywo razowe	serek wiejski 150g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko gotowane, masło 5g, pieczywo razowe

kuchnia zastrzega

zmiany w jadłospisie

W nawiasach podano alergeny występujące w danej potrawie

- | | |
|---|--------------------------------|
| 1. ziarna zbóż zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) | 9. orzechy ziemne \ archaidowe |
| 2. białka mleka krowiego / produkty pochodzące łącznie z laktozą | 10. soja i produkty pochodne |
| 3. jaja i produkty pochodne | 11. sezam |
| 4. ryby i produkty pochodne | 12. łubin |
| 5. dwutlenek siarki i siarczany (E220-228) | 13. mięczaki |
| 6. gorczyca i produkty pochodne | 14. skorupiaki |
| 7. seler | |
| 8. orzechy | |

opracowała Renata Seremak

	DIETY	1.08.26.sobota	2.08.26.niedziela	3.08.26.poniedziałek	4.08.26.wtorek	5.08.26.środa
I śniadanie	Normalna	pł ryżowe na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na m l 350ml,schab pieczony 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane,papryka100g,m asło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,ser żółty 40g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka350ml,2 jajka gotowane,papryka100g,m asło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostra wna	pł ryżowe na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na m l 350ml,schab pieczony 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane,papryka100g,m asło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,ser biały 100g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	kanapka z ser kanapkowy,papryka,jabłko	kanapka z pasztetem ,ogórek,śliwka	kanapka z szynką,papryka,jabłko	kanapka z jajko,papryka,jabłko	bułka z humusem z ciecierzycy,pomidor,śliwka
Obiad	Normalna	łazankowa 400ml,gulasz wp 110g,ogórek małosolny 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony 400ml,k mielony z pieca 110g,sur z kap pekińskiej 150g,ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak 400ml,kotlet pożarski z pieca 110g,fasolka szparagowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,karczek po cygańsku 110,mix sałat w sosie vinegrett 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	kartoflanka 400ml,gulasz wp gotowany 110g,ogórek małosolny 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z ziemniakami 400ml,udko w potrawce 250g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony 400ml,pulek na parze 110g,sur z kap pekińskiej 150g,ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,fasolka szparagowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,schab na parze 110,mix sałat w sosie vinegrett 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostra wna	łazankowa 400ml,gulasz wp gotowany 110g,ogórek małosolny 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony 400ml,pulek na parze 110g,brokuł na parze150g,ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,schab na parze 110,mix sałat w sosie vinegrett 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczerek	Dzieci	sok warzywny 250ml,	banan\cukrzyca jabłko	arbuz	brzoskwinia	bułeczka dr. z jabłkiem\cukrzyca jabłko
Kolacja	Normalna	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	połędwica sopocka 60g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	k szynkowa 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	schab pieczony 60g,sał z rzodkiewki 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
	Cukrzyca	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	połędwica sopocka 60g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	k szynkowa 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	schab pieczony 60g,sał z rzodkiewki 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)

	Lekkostrawna	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	polędwica sopočka 60g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	k szynkowa 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	schab pieczony 60g,sał z rzodkiewki 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
Posiłki	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe	ser biały 100g,masło 5g,pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe	jajko gotowane,masło 5g,pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe

kuchnia zastrzega

zmiany w jadłospisie

W nawiasach podano alergeny występujące w danej potrawie

- | | |
|---|-----------------------------|
| 1.ziarna zbóż zawierające gluten(pszenica,żyto,jęczmień,owies,oryz) | 9.orzechy ziemne\archaidowe |
| 2.białka mleka krowiego /produkty pochodzące łącznie z laktozą | 10.soja i produkty pochodne |
| 3.jaja i produkty pochodne | 11.sezam |
| 4.ryby i produkty pochodne | 12.łubin |
| 5.dwutlenek siarki i siarczany(E220-228) | 13.mięczaki |
| 6.gorczyca i produkty pochodne | 14.skorupiaki |
| 7.seler | |
| 8.orzechy | |

opracowała Renata Seremak