

	Diety	22.02.sobota	23.02.niedziela	24.02.poniedziałek	25.02.wtorek	26.02.środa
I śniadanie	Normalna	makaron na ml 350ml,szynka gotowana 40g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,pomidorki koktajlowe100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,szynka gotowana 40g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,półdewica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka od szwagra 40g,pomidorki koktajlowe100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	makaron na ml 350ml,szynka gotowana 40g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,pomidorki koktajlowe100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z ser kanapkowy ,ogórek konserwowy,jabłko	bułka z ser żółty ,papryka,mandarynka	kanapka z szynką,jabłko	bułka z schab pieczony,pomidor,kiwi	kanapka z jajkiem,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	krupnik 400ml,schab pieczony 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka z groszkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,befszytki wp z pieca 110g,sałata lodowa z jogurtem 150g,k bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,karczek z grila 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,k mielony z pieca 110g,buraczki z jabłkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	krupnik 400ml,schab na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g, fasolka szparagowa na parze150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,befszytki wp na parze 110g,sałata lodowa z jogurtem 150g,k bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,pulpet na parze 110g,buraczki z jabłkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	krupnik 400ml,schab na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka z groszkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,befszytki wp na parze 110g,sałata lodowa z jogurtem 150g,k bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g, brokuł na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,pulpet na parze 110g,buraczki z jabłkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek		sok pomidorowy	banan\cukrzyca jabłko	bułeczka dr z jabłkiem\cukrzyca jabłko	banan\cukrzyca jabłko	pomarańcza
	Normalna	półdewica z indyka 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,papryka100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pasztet drobiowy 80g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	połędwica z indyka 60g,papryka 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,papryka100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka z beczi 60g,pomidor 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g,ogórek zielony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	połędwica z indyka 60g,papryka 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,papryka100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka z beczi 60g,pomidor 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g,ogórek zielony 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	jajko gotowane,masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g,masło 5g, pieczywo razowe	szynka 40g,masło 5g, pieczywo razowe	ser biały 100g,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, 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	27.02.czwartek	28.02.piątek	1.03.sobota	2.03.niedziela	3.03.poniedziałek
I śniadanie	Normalna	pł owsiane na ml 350ml,k krakowska 40g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka z becзки 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,serek wiejski 150g,powidła 30g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z becзки 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,ppomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł owsiane na ml 350ml,k krakowska 40g,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka z becзки 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,serek wiejski 150g,powidła 30g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	kanapka z polędwicą dr,papryka,jabłko	bułka z ser topiony ,papryka,kiwi	kanapka z pasztetem,ogórek,mandarynka	bułka z ser kanapkowy,papryka, kiwi	kanapka z jajkiem,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	kapuśniak lubelski 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur z kap czerwonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	ogórkowa 400ml,kotlet z jaj 110g,sur z marchwi i jabłka 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz biały z jajkiem i kiełbasą 400ml,k mielony z pieca 110g,salata lodowa z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,sznicel dr z pieca 110g,marchewka mini 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,sur z kap czerwonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml,dorsz na parze 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp gotowany 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,klops na parze 110g,salata lodowa z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,pierś dr na parze 110g,kalafior na parze 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,brokuł na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml,dorsz na parze 110g,sur z marchwi i jabłka 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp gotowany 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,klops na parze 110g,salata lodowa z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,pierś dr na parze 110g,marchewka mini 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek	Dzieci	pączek\cukrzyca sok pomidorowy	banan\cukrzyca jabłko	banan\cukrzyca jabłko	sok pomidorowy	bułeczka rwaniec\cukrzyca jabłko
	Normalna	szynka sołtysówka 60g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pasta z makreli wędzonej 100g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,4)	filet z indyka faszerowany 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	szynka soltysówka 60g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,4)	filet z indyka faszerowany 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	szynka soltysówka 60g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,4)	filet z indyka faszerowany 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	jajko gotowane,masło 5g,pieczywo razowe	serek wiejski 150g,masło 5g,pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe	ser biały 100g,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