

	Diety	17.06.poniedziałek	18.06.wtorek	19.06.środa	20.06.czwartek	21.06.piątek
I śniadanie	Normalna	zacierki na ml 350ml,serek wiejski 150g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,k szynkowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka z beczi 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml,2 jajka got.pomidor koktajlowy 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z beczi 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka got.pomidor koktajlowy 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	zacierki na ml 350ml,serek wiejski 150g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,k szynkowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka z beczi 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml,2 jajka got.pomidor koktajlowy 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
śniadani		kanapka z ser żółty,papryka,nektarynka	kanapka z szynka dr,ogórek,jabłko	kanapka z k szynkowa papryka,śliwka	kanapka z jajkiem,rzodkiewka,nektarynka	kanapka z ser topiony,papryka,nektarynka
Obiad	Normalna	kapuśniak 400ml,k mielony z pieca 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	szczawiowa z jajkiem 400ml,szyncel z indyka z pieca 110g,sur z kap pekińskiej z ogórkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym 250g,sałata zielona 100g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grochowa 400ml,karczek z grila 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml, indyk w potrawce 110g,sur z kap pekińskiej z ogórkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,sałata zielona 100g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)
	Letkostrawna	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml, indyk w potrawce 110g,marchewka 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,sałata zielona 100g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,kałafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)
wieczór		jabłko	banan\cukrzyca sok pomidorowy	bułeczka d r z serem\cukrzyca sok pomidorowy	banan\cukrzyca sok pomidorowy	brzoskwinia
	Normalna	pasztet wp 80g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kieł gospodarcza z grila 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	posta z dorsza pieczonego 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4)

Kobieta	Cukrzyca	szynka z indyka 60g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszzerowany 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pastą z dorsza pieczonego 100g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4)
	Letkostrawna	szynka z indyka 60g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszzerowany 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pastą z dorsza pieczonego 100g,papryka 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4)
osiek nocn	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g,masło 10g,pieczywo razowe 20g	ser biały 100g,masło 10g,pieczywo razowe 20g,	indyk w galarecie 40g,masło 10g,pieczywo razowe 20g	jajko gotowane,masło 10g,pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g,masło 10g,pieczywo razowe 20g

kuchnia zastrzega zmiany w jadłospisie

W nawiasach podano alergeny występujące w danej potrawie

- | | |
|---|-----------------------------|
| 1.ziarna zbóż zawierające gluten(pszenica,żyto,jęczmień,owies,orkisz,kamut) | 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	22.06.sobota	23.06.niedziela	24.06.poniedziałek	25.06.wtorek	26.06.środa
I śniadanie	Normalna	pł jęczmień na ml 350ml, serek wiejski 150g, dżem 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml, schab pieczony 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml, k krakowska 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml, szynka z beczki 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml, twarożek ze szczypiorem 100g, rzodkiewka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml, serek wiejski 150g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, schab pieczony 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, k krakowska 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, szynka z beczki 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, twarożek ze szczypiorem 100g, rzodkiewka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	pł jęczmień na ml 350ml, serek wiejski 150g, dżem 30g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml, schab pieczony 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml, k krakowska 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml, szynka z beczki 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml, twarożek ze szczypiorem 100g, rzodkiewka 50g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
śniadani		kanapka z szynka dr, ogórek, jabłko	kanapka z pasztetem, rzodkiewka, nektarynka	kanapka z jajkiem, rzodkiewka, jabłko	kanapka z ser żółty, papryka, nektarynka	kanapka z polędwicą, pomidor, śliwka
Obiad	Normalna	pomidorowa z ryżem 400ml, gulasz wp 110g, sałata lodowa 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml, udko w potrawce 250g, buraczki 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml, befsztyk wp na pieca 110g, mizeria 150g, k jęczmieńna 80g, kompot(1,2,3,6,7)	ogórkowa 400ml, k mielony z pieca 110g, sur z kap pekińskiej 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkowa z łazankami 400ml, kotlet pożarski z indyka z pieca 110g, sur colesław 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	pomidorowa z ryżem 400ml, gulasz wp 110g, sałata lodowa 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml, udko w potrawce 250g, buraczki 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml, befsztyk wp na parze 110g, mizeria 150g, k jęczmieńna 80g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, klops na parze 110g, brokuł na parze 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml, pulpet z indyka na parze 110g, sur colesław 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)
	Letkostrawna	pomidorowa z ryżem 400ml, gulasz wp 110g, sałata lodowa 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml, udko w potrawce 250g, buraczki 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml, befsztyk wp na parze 110g, kalafior na parze 150g, k jęczmieńna 80g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, klops na parze 110g, brokuł na parze 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml, pulpet z indyka na parze 110g, marchewka got 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)
wieczór		jabłko	brzoskwinia	sok warzywny	banan\cukrzyca jabłko	nektarynka
	Normalna	polędwica sopocka 60g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z indyka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	połędwica sopocka 60g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z indyka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	połędwica sopocka 60g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z indyka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g, ogórek 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
osiłek nocn	Cukrzyca	szynka 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	ser biały 100g, masło 10g, pieczywo razowe 20g,	jajko gotowane, masło 10g, pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g

kuchnia zastrzega zmiany w jadłospisie

W nawiasach podano alergeny występujące w danej potrawie

- | | |
|--|--------------------------------|
| 1. ziarna zbóż zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut) | 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	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
I śniadanie	Normalna	płatki ryżowe na ml.kiełbasa szynkowa30g, masło 10g, pieczywo300g, herbata	płatki jęczmienne na ml.szynka30g,masło 10g, pieczywo300g,herbata	zacierki na ml,serek waniliowy60g, masło 10g, pieczywo300g,herbata	ryż na ml,kiełbasa mielonka30g,masło 10g, pieczywo300g,herbata
	Wątrobow	płatki ryżowe na ml.kiełbasa szynkowa30g, masło 10g, bułka300g herbata	płatki jęczmienne na ml.szynka30g,masło 10g bułka300g,herbata	zacierki na ml,serek waniliowy60g, masło 10g, bułka300g, herbata	ryż na ml.filet z indyka30g, masło 10g, bułka300g,herbata
	Cukrzyca	płatki ryżowe na ml.kiełbasa szynkowa30g, masło 10g, pieczywo razowe,herbata gorzka	płatki jęczmienne na ml szynka 30g,masło 10g pieczywo mieszane300g,herbata gorzka	zacierki na ml, ser biały 60g,masło 10g, pieczywo mieszane300g,herbata gorzka	ryż na ml,filet z indyka30g,masło 10g, pieczywo razowe300g,herbata gorzka
II śniadanie	Dzieci Cukrzy	kanapka z serem żółtym i pomidorem dzieci+marchewka	kanapka z kieł.szynkową i rzodkiewką, dzieci+jabłko	kanapka z szynką i pomidorem dzieci+jabłko	kanapka z serem żółtymi pomidorem, dzieci+marchewka
Obiad	Normalna	krupnik, pieczeń wieprzowa w sosie własnym, ogórek kiszony, makaron, kompot	rosół z makaronem, udko w potrawce, buraczki, ziemniaki, kompot	brokułowa, kotlet schabowy, sałata lodowa w sosie ogrodowym, ziemniaki, kompot	barszcz ukraiński, gulasz wieprzowy, sał.z ogórka kiszonego i cebuli, kasza gryczana, kompot
	Wątrobow	krupnik, pulpet w sosie, brokuły, makaron, kompot	rosół z makaronem, udko w potrawce, buraczki, ziemniaki, kompot	brokułowa bez śmietany, schab w sosie, marchewka got, ziemniaki, kompot	jarzynowa dietetyczna, gulasz gotowany, szpinak, kasza jęczmienna, kompot
	Cukrzyca	krupnik, pulpet got.ogórek kiszony, ziemniaki, kompot	rosół z makaronem, udko w potrawce, buraczki, ziemniaki, kompot	brokułowa bez śmietany, schab got. sałata lodowa w sosie ogrodowym, ziemniaki, kompot	jarzynowa dietetyczna, gulasz gotowany, sał.z ogórka kiszonego i cebuli, kasza jęczmienna, kompot
Podwieczorek	Dzieci	miś lubiś	wafelki 50g, kisiel	bułka chałka z nutellą mleko	serek bakuś
Kolacja	Normalna	fantazja drobiowa50g, masło 10g pieczywo300g, herbata	schab w majeranku50g masło 10g pieczywo300g, herbata	pieczeń wiedeńska50g, masło 10g, pieczywo300g, herbata	kiełbasa szynkowa50g, masło 10g, pieczywo300g, herbata
	Wątrobow	fantazja drobiowa50g, masło 10g bułka300g, herbata	schab w majeranku50g masło 10g bułka300g, herbata	połędwica drobiowa50g, masło 10g bułka300g, herbata	kiełbasa szynkowa50g, masło 10g, bułka300g, herbata
	Cukrzyca	fantazja drobiowa50g, masło 10g, pieczywo razowe300g, herbata gorzka	schab w majeranku50g, masło 10g, pieczywo razowe300g, herbata gorzka	połędwica drobiowa50g, masło 10g pieczywo mieszane300g, herbata gorzka	kiełbasa szynkowa50g, masło 10g, pieczywo300g, herbata gorzka
	Cukrzyca	indyk w galarecie40g, masło 10g, pieczywo200g	szynka drobiowa40g, masło 10g pieczywo200g	jajko gotowane masło 10g pieczywo razowe200g	ser biały70g, masło 10g pieczywo200g

Środa

płatki owsiane na
ml.szynka30g,masło10gpi
eczywo300g,herbata

płatki owsiane na
ml.szynka30g,masło10g
ułka300g,herbata

płatki owsiane
naml,szynka30g,
masło10g,pieczywo
mieszane 300g,herbata
gorzka

kanapka zszynką
drobiową i rzodkiewką
dzieci+ jabłko

pomidorowa z
makaronem,befszyk
wp.mielony,sur.z kap.
pekińskiej,ziemniaki,komp
ot

kartoflanka z
makaronem,klopsik
gotowany,brokuły,ziemnia
ki,kompot

kartoflanka,klopsik
got,sur.z
kap.pekińskiej,ziemniaki,k
ompot

banan

ser biały80g masło10g
pieczywo300g,herbata

ser biały80g,masło10g,
bułka300g,herbata

ser biały80g,masło10g,
pieczywo
razowe300g,herbata
gorzka

połędwica
drobiowa40g,masło10gpie
czywo200g