

	Diety	2.06.poniedziałek	3.06.wtorek	4.06.środa	5.06.czwartek	6.06.piątek
I śniadanie	Normalna	k manna na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płat owsiane na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor100g,m asło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierkowa 350ml,połowica z indyka 40g,rzodkiewka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor100g,m asło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,połowica z indyka 40g,rzodkiewka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	k manna na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płat owsiane na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor100g,m asło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierkowa 350ml,połowica z indyka 40g,rzodkiewka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,twarożek z koperkiem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z jajkiem,papryka, kiwi	bułka z ser kanapkowy,ogórek kiszony,mandarynka	kanapka z k krakowską,papryka,ogórek jabłko	bułka z pasztetem,pomidor,jabłko	kanapka z ser topiony,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	zupa z soczewicy 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur z kap pekińskiej z ogórkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	ogórkowa 400ml,karczek z grila 110g,salata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak lubelski 400ml,k mielony z pieca 110g,mizéria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, gołąbki w sosie pomidorowym 250g,ogórek kiszony 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,dorsz pieczony 110g,salata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,sur z kap pekińskiej z ogórkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysiowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,salata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,pulpet na parze 110g,mizéria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, klops w sosie pomidorowym 250g,ogórek kiszony 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,dorsz na parze 110g,salata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
	Lekkostrawna	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysiowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,salata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,pulpet na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, klops w sosie pomidorowym 250g,ogórek kiszony 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,dorsz na parze 110g,salata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
Podwieczerek		pczek\cukrzyca sok wielowarzywny	arbuz	banan\cukrzyca jabłko	śliwka	jabłko
	Normalna	pasztet 80g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pierś z indyka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	polędwica z indyka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pieś z indyka gotowana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	polędwica z indyka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pieś z indyka gotowana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	jajko gotowane, 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	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	7.06.sobota	8.06.niedziela	9.06.poniedziałek	10.06.wtorek	11.06.środa
I śniadanie	Normalna	płat ryżowe na ml 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,ser biały 100g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płat jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane, pomidorki koktajlowe100g,rukola 5g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka od szwagra 40g,pomidor koktajlowy 100g,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)	kartflanka 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane, pomidorki koktajlowe100g,rukola 5g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	płat ryżowe na ml 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,ser biały 100g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płat jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane, pomidorki koktajlowe100g,rukola 5g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	bułka z ser żółty,ogórek kiszony,mandarynka	kanapka z k szynkową,papryka,ogórek ,jabłko	kanapka z ser topiony,papryka,jabłko	bułka z szynką,pomidor,jabłko	kanapka z polędwicą,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	zacierkowa 400ml,befsztyk wpz pieca 110g,sał z pomidora 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,schab pieczony 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,sznyceł z indyka z pieca 110g,sur z kap pekińskiej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak 400ml,k mielony z pieca 110g,sałata woiosenna 150g,ziemniaki300g,komp ot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabielany 400ml,k schabowy z pieca 110g,kap zasmażana 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	zacierkowa 400ml,befsztyk wp na parze 110g,sał z pomidora 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,schab na parze110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,sznyceł z indyka na parze 110g,sur z kap pekińskiej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,sałata woiosenna 150g,ziemniaki300g,komp ot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabielany 400ml,schab na parze 110g,brokul na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	zacierkowa 400ml,befsztyk wp na parze 110g,sał z pomidora 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,schab na parze110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,sznyceł z indyka na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,sałata woiosenna 150g,ziemniaki300g,komp ot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabielany 400ml,schab na parze 110g,brokul na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczerek	Dzieci	arbuz	banan\cukrzyca jabłko	bułeczka z jabłkiem\cukrzyca jabłko	banan\cukrzyca jabłko	śliwka
	Normalna	polędwica z indyka 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k gospodarcza z grila 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pierś z indyka gotowana 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	polędwica z indyka 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pierś z indyka gotowana 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	polędwica z indyka 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pierś z indyka gotowana 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe	ser biały 100g,masło 5g,pieczywo razowe	jajko gotowane,masło 5g,pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe	serek wiejski 150g,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