

	Diety	16.08.26.niedziela	17.08.26.poniedziałek	18.08.26.wtorek	19.08.26.środa	20.08.26.czwartek
I śniadanie	Normalna	płatki ryżowe na ml 350ml, polędwica sooka 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml, ser żółty 40g, 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, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml, schab pieczony 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne 350ml, szynka gotowana 40g, pomidor 15g, koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml, polędwica sooka 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	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, k szynkowa 40g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, schab pieczony 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, szynka gotowana 40g, pomidor 15g, koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	płatki ryżowe na ml 350ml, polędwica sooka 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płatki 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, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml, schab pieczony 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne 350ml, szynka gotowana 40g, pomidor 15g, koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		bułka z jajko, papryka, jabłko	kanapka z pasztetem sojowym, ogórek, śliwka	kanapka z ser kanapkowy, papryka, jabłko	kanapka z szynka, papryka, kiwi	grachamka z ser topiony, pomidor, śliwka
Obiad	Normalna	krupnik 400ml, k mielony z pieca 110g, fasolka szaragowa 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)	kapuśniak lubelski 400ml, befsztyk wp z pieca 110g, ogórek małosolny 150g, kasza jęczmienna 80g, kompot (1,2,3,6,7)	barszcz czerwony 400ml, k schabowy z pieca 110g, sur coleslaw 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml, pierś z indyka z grila 110g, sur z kap pekińskiej z gruszką 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)	zupa z zielonej fasolki 400ml, karczek z grila 110g, mix sałat w sosie vinegrett 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	krupnik 400ml, pulpet na parze 110g, fasolka szaragowa 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, befsztyk wp na parze 110g, ogórek małosolny 150g, kasza jęczmienna 80g, kompot (1,2,3,6,7)	barszcz czerwony 400ml, schab na parze 110g, sur coleslaw 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml, pierś z indyka na parze 110g, sur z kap pekińskiej z gruszką 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)	zupa z zielonej fasolki 400ml, schab na parze 110g, mix sałat w sosie vinegrett 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	krupnik 400ml, pulpet na parze 110g, marchewki mini 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, befsztyk wp na parze 110g, ogórek małosolny 150g, kasza jęczmienna 80g, kompot (1,2,3,6,7)	barszcz czerwony 400ml, schab na parze 110g, broku na parze 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml, pierś z indyka na parze 110g, sał z pomidora 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)	zupa z zielonej fasolki 400ml, schab na parze 110g, mix sałat w sosie vinegrett 150g, ziemniaki 300g, kompot (1,2,3,6,7)
Podwieczerek		sok warzywny 250ml,	arbuz	banan\cukrzyca jabłko	nektarynka	melon
Kolacja	Normalna	szynka soltysówka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pasta z jaj z jogurtem 100g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	k krakowska 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pasztet wp 80g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
	Cukrzyca	szynka soltysówka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pasta z jaj z jogurtem 100g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	k krakowska 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	polędwica dr 60g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)

	Lekkostrawna	szynka soltysówka 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pasta z jaj z jogurtem 100g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	k krakowska 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	połudwica dr 60g,ogórek małosolny100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
Posiłki	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	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,orkisz,kamut)
2.białka mleka krowiego /produkty pochodzące łącznie z laktozą
3.jaja i produkty pochodne
4.ryby i produkty pochodne
5.dwutlenek siarki i siarczany(E220-228)
6.gorczyca i produkty pochodne
7.seler
8.orzechy
- 9.orzechy ziemne\archaidowe
10.soja i produkty pochodne
11.sezam
12.łubin
13.mięczaki
14.skorupiaki

opracowała Renata Seremak

	DIETY	21.08.26.piątek	22.08.26.sobota	23.08.26.niedziela	24.08.26.poniedziałek	25.08.26.wtorek
I śniadanie	Normalna	ryż na ml 350ml,półdewica dr 40g,rzdokiewka 50g,rukloa 5g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka od szwgra 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pt jeczmiennie na ml 350ml,półdewica sopopcka 40g,pomidor koktajlowy100g,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)	pt owsiane na ml 350ml,k szynkowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,półdewica dr 40g,rzdokiewka 50g,rukloa 5g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka od szwgra 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,półdewica sopopcka 40g,pomidor koktajlowy100g,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)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	ryż na ml 350ml,półdewica dr 40g,rzdokiewka 50g,rukloa 5g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka od szwgra 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pt jeczmiennie na ml 350ml,półdewica sopopcka 40g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,ser biały 100g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pt owsiane na ml 350ml,k szynkowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z ser żółty,papryka,jabłko	kanapka z humusem z ciecierzycy,ogórek,kiwi	kanapka z szynką,papryka,jabłko	bułka z półdewicą dr,papryka, śliwka	bułka z pasztetem sojowym,pomidor,kiwi
Obiad	Normalna	jarzynowa 400ml, makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,ogórek małosolny 110g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,sałata lodowa z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zupa z soczewicy 400ml,k mielony z pieca 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkow z łazankami 400ml,k schabowy z pieca 110g,mizeria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	jarzynowa 400ml, makaron razowy zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp gotowany 110g,ogórek małosolny 110g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z ziemniakami 400ml,udko w potrawce 250g,sałata lodowa z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pulpet na parze 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml,schab na parze 110g,mizeria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	jarzynowa 400ml, makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp gotowany 110g,ogórek małosolny 110g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,sałata lodowa z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pulpet na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml,schab na parze 110g,mizeria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczerek		arbuz	bueczka dr z serem\cukrzyca jabłko	banan\cukrzyca jabłko	melon	nektarynka
Kolacja	Normalna	pasta z dorsza piezonego 100g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4,)	schab pieczony 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,kefir naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka z becзки 60g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	kiebasa z grila 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
	Cukrzyca	pasta z dorsza piezonego 100g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4,)	schab pieczony 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,kefir naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka z becзки 60g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)

	Lekkostrawna	pasta z dorsza piezonego 100g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4,)	schab pieczony 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,kefir naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka z beczki 60g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka gotowana 60g,papyka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
Posiłki	indyk w galarecie 40g,masło	jajko gotowane,masło 5g,pieczywo razowe	jajko gotowane,masło 5g,pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe	olędwica dr 40g,masło 5g,pieczywo razowe	ser biały 100g,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,kamut)
2.białka mleka krowiego /produkty pochodzące łącznie z laktozą
3.jaja i produkty pochodne
4.ryby i produkty pochodne
5.dwutlenek siarki i siarczany(E220-228)
6.gorczyca i produkty pochodne
7.seler
8.orzechy
- 9.orzechy ziemne\larchaidowe
10.soja i produkty pochodne
11.sezam
12.łubin
13.mięczaki
14.skorupiaki

opracowała Renata Seremak

