

	Diety	24.11.niedziela	25.11.poniedziałek	26.11.wtorek	27.11.środa	28.11.czwartek
I śniadanie	Normalna	k manna na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor koktajlowy100g,masło15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płat ryżowe na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płat owsiane na ml 350ml,połędwica z indyka 40g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka gotowana 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,indyk faszzerowany 40g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor koktajlowy100g,masło15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,połędwica z indyka 40g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka gotowana 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,indyk faszzerowany 40g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	k manna na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor koktajlowy100g,masło15g, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płat ryżowe na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płat owsiane na ml 350ml,połędwica z indyka 40g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka gotowana 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,indyk faszzerowany 40g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z ser żółty,ogórek,mandarynka	bułka z szynką,pomidor,jabłko	bułka z jajkiem,ogórek kiszony,jabłko	bułka z pasztetem,pomidor,kiwi	kanapka z ser topiony,papryka,ogórek,ja błko
Obiad	Normalna	kalafiorowa 400ml,sznychel z indyka z pieca 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	szczawiowa 400ml,karczek z grilla 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak 400ml,k schabowy z pieca 110g,słata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,befszyk wp z pieca 110g,sur colesław 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,gołąbki z pieca w sosie pomidorowym 250g,ogórek kiszony 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	kalafiorowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml,schab na parze 110g,słata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,befszyk wp z pieca 110g,sur colesław 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 250g,ogórek kiszony 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Letkostrawna	kalafiorowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml,schab na parze 110g,słata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,befszyk wp z pieca 110g,marchewka got 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 250g,ogórek kiszony 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwie		sok pomidorowy	bułeczka dr z jabłkiem\ cukrzyca jabłko	banan\cukrzyca jabłko	gruszka	pomarańcza
	Normalna	połędwica sopočka 60g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k krakowska 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasztet wp 80g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor koktajlowy 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	polędwica sopočka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k krakowska 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, pomidor koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	polędwica sopočka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k krakowska 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, pomidor koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posiłek nocny	Cukrzyca	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko gotowane, masło 5g, pieczywo razowe	serek wiejski 150g, masło 5g, pieczywo razowe	szynka 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, 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	29.11.piątek	30.11.sobota	1.12.niedziela	2.12.poniedziałek	3.12.wtorek
I śniadanie	Normalna	pł jęczmienne 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,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,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,połędwica z indyka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł owsiane 350ml,2 jajka gotowane,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż 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)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,połędwica z indyka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	pł jęczmienne 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,połędwica z indyka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł owsiane 350ml,2 jajka gotowane,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,serek wiejski 150g,powidła 30g,masło 15g, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z połędwicą,papryka,mandarynka	bułka z jajkiem,ogórek kiszony,jabłko	kanapka z ser kanapkowy,papryka,jabłko	bułka z szynką,pomidor,sałata,jabłko	kanapka z ser topiony,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	grochowa 400ml,kotlet z jaj 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sał z ogórka kiszonego 150g,kasza ujęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	żurek z jajkiem i kiełbasą 400ml,schab pieczony 110g,marchewka z groszkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,k mielony z pieca 110g,kapusta zasmażana 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)
	Cukrzyca	grycikowa 400ml,dorsz na parze 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sał z ogórka kiszonego 150g,kasza ujęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,schab na parze 110g,marchewka z groszkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,klops na parze 110g,kalafior na parze 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)
	Letkostrawna	grycikowa 400ml,dorsz na parze 110g,brokul na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sał z ogórka kiszonego 150g,kasza ujęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,schab na parze 110g,marchewka z groszkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,klops na parze 110g,kalafior na parze 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)
Podwie		banan\cukrzyca jabłko	sok pomidorowy	gruszka	pomarańcza	banan\cukrzyca jabłko
	Normalna	pasta z ryby wędzonej 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4)	szynka z beczki 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	2 jajka gotowane ,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	2 jajka gotowane ,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posiłek nocny	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe	ser biały 100g,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

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