

	Diety	29.03.piątek	30.03.sobota	31.03.wielkanoc	1.04.wielkanoc	2.04.wtorek
I śniadanie	Normalna	k manna na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,rukola 30g,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 jęczmienne na ml 350ml,szynka z becзки 40g,papryka 100g,masło15g,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,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płat owsiane na ml 350ml,k szynkowa 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,rukola 30g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z becзки 40g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	k manna na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,rukola 30g,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 jęczmienne na ml 350ml,szynka z becзки 40g,papryka 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płat owsiane na ml 350ml,k szynkowa 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		bułka z szynką drobiową,pomidor,ogórek,jabłko	kanapka z k rakowską,papryka,pomidor,mandarynka	bułka z jajkiem,pomidor,ogórek,jabłko	kanapka z ser żółty,papryka,rzodkiewka,mandarynka	bułka z szynką drobiową,pomidor,ogórek,mus owocowy
Obiad	Normalna	pieczarkowa z łazankami 400ml,dorsz pieczony 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz biały z jajkiem i kiełbasą 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)	zacierkowa 400ml,befszyk wp 110g,sur z ogórka kiszonego 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	łazankowa 400ml,dorsz na parze 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	barszcz 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 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)	zacierkowa 400ml,befszyk wp gotowany 110g,kalafior na parze 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)
	Letkostrawna	łazankowa 400ml,dorsz na parze 110g,brokół na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 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)	zacierkowa 400ml,befszyk wp gotowany 110g,kalafior na parze 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek		jabłko	banan /cukrz. sok pomidorowy 200ml,	pomarańcza	jabłko	sok pomidorowy 200ml /dzieci miś lubiś
	Normalna	ser biały 100g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k krakowska 60g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połudwica sopocka 60g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	ser biały 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k krakowska 60g,ogórek 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)	szynka od szwagra 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	ser biały 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k krakowska 60g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posiłek r	Cukrzyca	serek wiejski 150g,masło 10g,pieczywo razowe 20g	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 got,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,oryz)
- 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		3.04.środa	4.04.czwartek	5.04.piątek	6.04.sobota	7.04.niedziela
I śniadanie	Normalna	zacierki na ml 350ml,ser biały 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,1 jajko gotowane,ser żółty 40g,pomidor koktajlowy 100g,roszponka 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka gotowana 40g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,indyk faszerowany 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanak 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,roszponka 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflank 350ml,szynka gotowana 40g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,indyk faszerowany 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	zacierki na ml 350ml,ser biały 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,roszponka 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną chirurgia wędlina 40g,200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka gotowana 40g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,indyk faszerowany 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	kanapka z jajkiem,papryka,mandarynka	kanapka z ser kanapkowy,pomidor,jabłko	kanapka z szynką,papryka,mus owocowy	kanapka z ser topiony,pomidor,mandarynka	kanapka z ser żółty,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	ogórkowa 400ml,k mielony z pieca 110g,sałata zielona 100g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,k schabowy 110g,sur z kap czerwonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grochowa 400ml,dorsz pieczony 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	łazankowa 400ml,udko pieczone 250g,marchewka 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,k mielony 150g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,sałata zielona 100g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,schab gotowany 110g,sur z kap czerwonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,dorsz na parze 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	łazankowa 400ml,udko gotowane 250g,sałatka wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,pulpet na parze 150g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Letkostrawna	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,sałata zielona 100g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,schab gotowany 110g,brokół na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,dorsz na parze 110g,kałafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	łazankowa 400ml,udko gotowane 250g,marchewka 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,pulpet na parze 150g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek	Dzieci	banan /cukrz. sok pomidorowy 200ml,	bułeczka drożdżowa z serem/cukrzyca jabłko	pomarańcza	jabłko	sok pomidorowy/ dzieci serek bakuś
	Normalna	k krakowska 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	paszтет drobiowy 80g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	k krakowska 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	k krakowska 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posiłek r	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g,masło 10g,pieczywo razowe 20g	serek wiejski 150g,masło 10g,pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g,masło 10g,pieczywo razowe 20g	jajko got,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,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