

	Diety	6.08.wtorek	7.08.środa	8.08.czwartek	9.08.piątek	10.08.sobota
I śniadanie	Normalna	ryż na ml 350ml,piers dr gotowana 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,serek wiejski 150g,rzodkiewka 50g,rukola 10g,100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,piers dr gotowana 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,rzodkiewka 50g,rukola 10g,100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna wątroby	ryż na ml 350ml,piers dr gotowana 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,serek wiejski 150g,rzodkiewka 50g,rukola 10g,100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z szynką,rzodkiewka,sałata,jabłko	kanapka z jajkiem,papryka,ogórek,jabłko	kanapka z serem topionym,rzodkiewka,papryka,śliwka	kanapka z polędwicą,pomidor,papryka,śliwka	kanapka z serem żółtym,rzodkiewka,papryka,arbuz
Obiad	Normalna	jarzynowa 400ml,befszytki z pieca 110g,sał z pomidora 150g,k pęczak 80g,kompot(1,2,3,6,7)	szczawiowa z jajkiem 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur z kapiekińskiej z papryką 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,gołąbki po gorlicku z pieca 110g,sał z ogórka i cebuli 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	fasolowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,k mielony z pieca 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	jarzynowa 400ml,befszytki z pieca 110g,sał z pomidora 150g,k pęczak 80g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,sur z kapiekińskiej z papryką 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,sał z ogórka i cebuli 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,klops na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	jarzynowa 400ml,befszytki z pieca 110g,sał z pomidora 150g,k pęczak 80g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,klops na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek		banan\cukrzyca jabłko	nektarynka	banan\cukrzyca jabłko	bułka rwaniec\cukrzyca sok pomidorowy	brzoskwinia
	Normalna	k krakowska podsuszana 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasztet 80g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczoneda 100,gogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4)	polędwica sopocka 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	k krakowska podsuszana 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	polędwica z indyka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczoneda 100, gogórek 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4)	polędwica sopocka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna wątroby	k krakowska podsuszana 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	polędwica z indyka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczoneda 100, gogórek 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4)	polędwica sopocka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posilek	Cukrzyca	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, 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, orkisz)
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	11.08.niedziela	12.08.poniedziałek	13.08.wtorek	14.08.środa	15.08.czwartek
I śniadanie	Normalna	k manna na ml 350ml,szynka z beczki 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne 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)	makaron na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,k krakowska podsuszana 40g,rzodkiewka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,polędwica sopočka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,szynka z beczki 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	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,szynka konserwowa 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k krakowska podsuszana 40g,rzodkiewka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,polędwica sopočka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna wątroby	k manna na ml 350ml,szynka z beczki 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,k krakowska podsuszana 40g,rzodkiewka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,polędwica sopočka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z jajkiem,papryka,ogórek,ja błko	kanapka z szynką,rzodkiewką,sałata, śliwka	kanapka z polędwicą,pomidor,papryka ,arbuz	kanapka z ser topiony,pomidor,sałata,śli wka	kanapka z ser kanapkowy,rzodkiewka,pa pryka,jabłko
Obiad	Normalna	barszcz biały z jajkiem i kielbasą 400ml,sznyceł dr z pieca 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml,karczek z grila 110g,sur z kap pekińskiej z ogórkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak lubelski 400ml,kotlet mielony z pieca 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,schab pieczony 110g,mizéria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,pierś dr na parze 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml,schab na parze 110g,kałafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,pulpet na parze 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,schab pieczony 110g,mizéria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	koperkowa 400ml,pierś dr na parze 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml,schab na parze 110g,kałafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,pulpet na parze 110g,brukół na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,schab pieczony 110g,mizéria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczer		sok pomidorowy	bułeczka dr serem\ cukrzyca sok pomidorowy	banan\cukrzyca jabłko	brzoskwinia	nektarynka
	Normalna	szynka od szwagra 60g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	polędwica sopočka 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynk z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	szynka od szwagra 60g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynk z beczki 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna wątroby	szynka od szwagra 60g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynk z beczki 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g, 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	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)
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