

	Diety	13.05.wtorek	14.05.środa	15.05.czwartek	16.05.piątek	17.05.sobota
I śniadanie	Normalna	pł owsiane na ml 350ml,szynka sołtysówka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,k krakowska 40g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka z becзки 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,polędwica sopocka 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,szynka sołtysówka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z becзки 40g,pomidor 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)	kartoflanka 350ml,polędwica sopocka 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł owsiane na ml 350ml,szynka sołtysówka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,k krakowska 40g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka z becзки 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,polędwica sopocka 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z jajkiem,papryka, kiwi	bułka z szynką,pomidor,jabłko	kanapka z ser kanankowy,papryka, kiwi	bułka z polędwica dr,pomidor,jabłko	bułka z ser żółty,ogórek kiszony,mandarynka
Obiad	Normalna	szczawiowa 400ml,k pożarski z indyka z pieca 110g,sur z kap pekińskiej z musztardą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zupa z soczewicy 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	żurek z jajkiem i kielbasą 400ml,befszyk wp z pieca 110g,sałata wiosenna 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,dorsz pieczony 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,k mielony z ieca 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	grysikowa 400ml,pierś z indyka na parze110g,sur z kap pekińskiej z musztardą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik400ml,befszyk wp na parze110g,sałata wiosenna 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,dorsz na parze 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,k mielony z ieca 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	grysikowa 400ml,pierś z indyka na parze110g,brukół na parze150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik400ml,befszyk wp na parze110g,sałata wiosenna 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,dorsz na parze 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,k mielony z ieca 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek		banan\cukrzyca jabłko	babeczka z jabłkiem\cukrzyca sok pomidorowy	jabłko	banan\cukrzyca jabłko	gruszka
	Normalna	schab pieczony 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica z indyka 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasta z jaj z jogurtem100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	schab pieczony 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasta z jaj z jogurtem100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	schab pieczony 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywopszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasta z jaj z jogurtem100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
Posilek	Cukrzyca	jajko gotowane,masło 5g,pieczywo razowe	ser biały 100g,masło 5g,pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe	szynka 40g,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,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	18.05.niedziela	19.05.poniedziałek	20.05.wtorek	21.05.środa	22.05.czwartek
I śniadanie	Normalna	pł jęczmienne na ml 350ml,schab pieczony 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,szynka sołtysówka 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł owsiane 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)	k manna na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka sołtysówka 40g,ogórek kiszony 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)	kartoflanka 350ml,szynka od szwagra 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł jęczmienne na ml 350ml,schab pieczony 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,szynka sołtysówka 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z ser topiony,papryka, kiwi	bułka z jajkiem,ogórek kiszony,mandarynka	kanapka z polędwicą,papryka,ogórek,jabłko	bułka z szynką,pomidor,jabłko	kanapka z ser żółty,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	rosół z makaronem 400mkl,udko w potrawce 250g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,gulasz wp 110g,sał z ogórka i papryki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkowa 400ml,sznicel dr z pieca 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,k mielony z pieca 110g,sur z kap pekińskiej z ogórkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabelany 400ml,karczek po cygańsku 110g,sałata z jogurtem 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	rosół z makaronem 400mkl,udko w potrawce 250g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,gulasz wp gotowany 110g,sał z ogórka i papryki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pierś dr na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,pulpet na parze 110g,brokul na parze150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabelany 400ml,pierś z indyka na parze110g,sałata z jogurtem 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	rosół z makaronem 400mkl,udko w potrawce 250g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,gulasz wp gotowany 110g,sał z ogórka i papryki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pierś dr na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,pulpet na parze 110g,brokul na parze150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabelany 400ml,pierś z indyka na parze110g,sałata z jogurtem 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek		sok pomidorowy	bułeczka rwaniec\cukrz jabłko	banan\cukrzyca jabłko	arbuz	banan\cukrzyca jabłko
	Normalna	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasztet 80g,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 dr gotowana 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska podsuszana 60g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 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 dr gotowana 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska podsuszana 60g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 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)	pierś dr gotowana 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska podsuszana 60g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	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	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,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