

	Diety	11.08.poniedziałek	12.08.wtorek	13.08.środa	14.08.czwartek	15.08.piątek
I śniadanie	Normalna	pł owsiane na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,2 jajka gotowane ,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,półdewica z indyka 40g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane ,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka konserwowa 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,półdewica z indyka 40g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł owsiane na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,2 jajka gotowane ,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,półdewica z indyka 40g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z jajkiem,pomidor,śliwka	kanapka z ser żółty,sałata,jabłko	kanapka z k krakowska,ogórek,jabłko	bułka z ser kanapkowy,pomidor,śliwka	kanapka z półdewicą,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	kapuśniak lubelski 400ml,sznicel z indyka z pieca 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkowa z łazankami 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,befszyk wp z pieca 110g,ogórek małosolny 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,k mielony z pieca 110g,mix sałat w sosie vinegrett 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,mizeria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,sznicel z indyka na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,schab na parze110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,befszyk wp na parze 110g,ogórek małosolny 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,pulpet na parze 110g,mix sałat w sosie vinegrett 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,mizeria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	koperkowa 400ml,sznicel z indyka na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,schab na parze110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,befszyk wp na parze 110g,ogórek małosolny 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,pulpet na parze 110g,mix sałat w sosie vinegrett 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,mizeria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek		bułeczka z budyniem\cukrzyca sok pomidorowy	banan\cukrzyca jabłko	śliwka	banan\cukrzyca jabłko	sok warzywny
	Normalna	szynka odszwaga 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska 60g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	półdewica sopočka 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,papryka 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)	k krakowska 60g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,papryka 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)	k krakowska 60g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
Posilek	Cukrzyca	jajko gotowane,masło 5g,pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g,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,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	16.08.sobota	17.08.niedziela	18.08.poniedziałek	19.08.wtorek	20.08.środa
I śniadanie	Normalna	makaron na ml 350ml,serek wiejski 150g,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 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,2 jajka gotowane.papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,ser biały 100g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	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,polędwica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane.papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	makaron na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,polędwica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,2 jajka gotowane.papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,ser biały 100g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z szynką,ogórek,jabłko	kanapka z ser topiony,salata,jabłko	kanapka z polędwicą,papryka,jabłko	bułka z ser kanapkowy,ogórek,śliwka	bułka z jajkiem,rzodkiewka,śliwka
Obiad	Normalna	kalafiorowa 400ml,klops w sosie pomidorowym 119g,salata lodowa z jogurtem 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml,schab pieczony 110g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	ogórkowa 400ml,karczek z grila 110g,sur z kap białej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,befszytk wp z pieca 110g,miazeria 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,k pożarski z pieca 110g,sur z kap pekińskiej z papryką 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	kalafiorowa 400ml,klops w sosie pomidorowym 119g,salata lodowa z jogurtem 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml,schab na parze110g,brukut na parze150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	ogórkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,sur z kap białej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,befszytk wp na parze 110g,miazeria 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,pierś zdr na parze110g,sur z kap pekińskiej z papryką 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	kalafiorowa 400ml,klops w sosie pomidorowym 119g,salata lodowa z jogurtem 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml,schab na parze110g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	ogórkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,kalafior na parze150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,befszytk wp na parze 110g,miazeria 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,pierś zdr na parze110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczerek		arbuz\cukrzyca jabłko	banan\cukrzyca jabłko	śliwka	brzoskwinia	bułeczka rwaniec\cukrzyca sok warzywny
	Normalna	k szynkowa 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasztet 80g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	k szynkowa 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pieś dr gotowana 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	k szynkowa 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pieś dr gotowana 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g,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	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)
- 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