

	Diety	8.05.26 piątek	9.05.26 sobota	10.06.26 niedziela	11.05.26.poniedziałek	12.05.26 wtorek
I śniadanie	Normalna	pł owiane na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,serek wiejski 150g,powidła30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka350ml,szynka konserwowa 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł owiane na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,serek wiejski 150g,powidła30g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniad		kanapka z szynką,papryka,jabłko	kanapka z pasztetem sojowym,ogórek,kiwi	kanapka z jajko,ogórek,jabłko	kanapka z ser żółty,papryka,jabłko	bułka z schab pieczony,pomidor,mandarynka
Obiad	Normalna	barszcz czerwony 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa400ml,befszytk wp z pieca 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,fasolka szparagowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur z kap pekińskiej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,szyncel z indyka z pieca110g,sałata wiosenna z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	barszcz czerwony 400ml,makaron razowy zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa400ml,befszytk wp na parze 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z ziemniakami 400ml,udko w potrawce 250g,fasolka szparagowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,sur z kap pekińskiej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,szyncel z indyka na parze110g,sałata wiosenna z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	barszcz czerwony 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa400ml,befszytk wp na parze 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,szyncel z indyka na parze 110g,sałata wiosenna z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwie		banan/cukrzyca jabłko	bułeczka dr z serem/cukrzyca sok warzywny	jabłko	banan/cukrzyca jabłko	sok warzywny 250ml
	Normalna	paprykarz z miruny 100g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)	połędwica z indyka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4,5,6)	szynka soltysówka 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	połędwica sopocka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	2 jajka gotowane ,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)

Kolacja	Cukrzyca	paprykarz z miruny 100g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,4)	polędwica z indyka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,4,5,6)	szynka sołtysówka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	polędwica sopocka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	2 jajka gotowane, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
	Lekkostrawna	paprykarz z miruny 100g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,4)	polędwica z indyka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,4,5,6)	szynka sołtysówka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, maślanka, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	polędwica sopocka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	2 jajka gotowane, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
Posiłek	Cukrzyca	serek wiejski 150g, 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	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe

kuchnia zastrz 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 / larchoidowe
10. soja i produkty pochodne
11. sezam
12. łubin
13. mięczaki
14. skorupiaki

opracowała Renata Seremak

	DIETY	13.05.26 środa	14.05.26 czwartek	15.05.26 piątek	16.05.26 sobota	17.05.26 niedziela
I śniadanie	Normalna	pł owsiane na ml 350ml, twarożek z ziołami 100g, rzodkiewka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml, polędwica z indyka 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml, serek wiejski 150g, dżem 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml, k krakowska 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml, polędwica sopocka 40g, sałata zielona 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml, twarożek k z ziołami 100g, rzodkiewka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, polędwica z indyka 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, serek wiejski 150g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, k krakowska 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, polędwica sopocka 40g, sałata zielona 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł owsiane na ml 350ml, twarożek z ziołami 100g, rzodkiewka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml, polędwica z indyka 40g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml, serek wiejski 150g, dżem 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml, k krakowska 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml, polędwica sopocka 40g, sałata zielona 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		bułka z szynką, pomidor, kiwi	kanapka z pasztetem sojowym, papryka, jabłko	kanapka z ser topiony, ogórek, jabłko	kanapka z jajkiem, papryka, śliwka	bułka z szynką, pomidor, mandarynka
Obiad	Normalna	zacierkowa 400ml, gołąbki po gorlicku 110g, sałatka z ogórka kiszzonego 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	szczawiowa 400ml, k mielony z pieca 110g, sur z kapusty chińska 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml, dorsz pieczony 110g, sur z kap kiszzonej 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,4,6,7)	łazankowa 400ml, gulasz wp 110g, sałata lodowa z sosem vinegrett 150g, k jęczminna 80g, kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml, schab pieczony 110g, mizeria z jogurtw 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml, pulpet w sosie pomidorowym 110g, sałatka z ogórka kiszzonego 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, klops na parze 110g, sur z kapusty chińska 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml, dorsz na parze 110g, sur z kap kiszzonej 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,4,6,7)	łazankowa 400ml, gulasz wp got. 110g, sałata lodowa z sosem vinegrett 150g, k jęczminna 80g, kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml, schab na parze 110g, mizeria z jogurtw 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	zacierkowa 400ml, pulpet w sosie pomidorowym 110g, sałatka z ogórka kiszzonego 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, klops na parze 110g, brokuł na parze 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml, dorsz na parze 110g, marchewka got 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,4,6,7)	łazankowa 400ml, gulasz wp got. 110g, sałata lodowa z sosem vinegrett 150g, k jęczminna 80g, kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml, schab na parze 110g, mizeria z jogurtw 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)
Podwie		śliwka	jabłko	banan/cukrzyca jabłko	sok warzywny 250ml	banan/cukrzyca jabłko
	Normalna	szynka od szagra 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny , herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pasztet dr 80g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny , herbata z cytryną (1,2,3,4,5,6)	k szynkowa 60g, sałatka z ciecierzycy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pierś dr gotowana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny , herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny , herbata z cytryną (1,2,3,5,6)

Kolacja	Cukrzyca	szynka od szagra 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka z becзки 40g,ogórek kiszony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4,5,6)	k szynkowa 60g,sałatka z ciecierzycy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pierś dr gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
	Lekkostrawna	szynka od szagra 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka z becзки 40g,ogórek kiszony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4,5,6)	k szynkowa 60g,sałatka z ciecierzycy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	pierś dr gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)	szynka konserwowa 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
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	jajko gotowane,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,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 ziemnelarchaidowe
10. soja i produkty pochodne
11. sezam
12. łubin
13. mięczaki
14. skorupiaki

opracowała Renata Seremak

