

	Diety	29.03. niedziela	30.03.poniedziałek	31.03.wtorek	1.04.środa	2.04.czwartek
I śniadanie	Normalna	ryż na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płatki 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)	k manna na ml 350ml,2 jajka gotowane,ogórek kiszony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,paprykarz a dorsza 100g,sałata 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor koktajlowy100g,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,2 jajka gotowane,ogórek kiszony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka350ml,paprykarz z a dorsza 100g,sałata 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	ryż na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,2 jajka gotowane,ogórek kiszony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,paprykarz a dorsza 100g,sałata 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z jajko,papryka,jabłko	kanapka z szynka,pomidor ,jabłko	kanapka z paszтетem,papryka,jabłko	kanapka z ser kanankowy,papryka, kiwi	bułka z jajkiem,ogórek ,mandarynka
Obiad	Normalna	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,fasolka szparagowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml,schab pieczony 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zupa z soczewicy 110g,sznicel z indyka 110g,sałata zielona z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,gołąbki po gorlicku 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,k mielony z pieca 110g,sur z kap czerwonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	rosół z ziemniakami 400ml,udko w potrawce 250g,fasolka szparagowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml,schab na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 110g,sznicel z indyka na parze110g,sałata zielona z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,pulpet na parze w pomidorach 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,sur z kap czerwonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka got150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa z ryżem 400ml,schab na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 110g,sznicel z indyka na parze110g,sałata zielona z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,pulpet na parze w pomidorach 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,klops na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwie		jabłko	bułeczka dr.z jabłkiem\cukrzyca mandarynka	banan\cukrzyca jabłko	pomarańcza \cukrzyca sok warzywny	mandarynka
	Normalna	połędwica sopocka 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra60g,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 (1,2,3,5,6)

<b>Kolacja</b>	<b>Cukrzyca</b>	polędwica sopocka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 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, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
	<b>Lekkostrawna</b>	polędwica sopocka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica z indyka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,6)
<b>Posiłek</b>	<b>Cukrzyca</b>	jajko gotowane, 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	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, orkisz, kamut) | 9. orzechy ziemne / larchaidowe |
| 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

	DIETY	3.04.wielki piątek	4.04.wielka sobota	5.04.Wielka niedziela	6.04.Wiel.poniedziałek	7.04 wtorek
I śniadanie	Normalna	pł owsiane 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,2 jajka gotowane ,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,ser biały100g,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,2 jajka gotowane ,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały100g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł owsiane na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,2 jajka gotowane ,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek zielony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,ser biały100g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo mieszane100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		bułka z ser żółty,ogórek kiszony,jabłko	kanapka z pasztetem sojowym,papryka,jabłko	kanapka z schabem,jabłko	kanapka z ser kanankowy,papryka, kiwi	bułka z jajkiem,ogórek ,mandarynka
Obiad	Normalna	barszcz ukraiński 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 400ml,schab pieczony 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z mkaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka z groszkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak 400ml,k mielony z pieca 110g,fasolka szparagowa na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	barszcz ukraiński 400ml,dorsz na parze 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)	koperkowa 400ml,schab na parze110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z ziemniakami 400ml,udko w potrawce 250g,brokuł na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pulpet na parze 110g,fasolka szparagowa na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	barszcz ukraiński 400ml,dorsz na parze 110g,marchewka mini 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 parze110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z mkaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka z groszkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pulpet na parze 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwie		banan\cukrzyca jabłko	jabłko	babeczka z jabłkiem\cukrzyca sok warzywny	babeczka z jabłkiem\cukrzyca jabłko	sok warzywny
	Normalna	paprykarz z miruny na parze 100g, 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)	k szynkowa 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	poldwica sopocka 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska podsuszana 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)

<b>Kolacja</b>	<b>Cukrzyca</b>	paprykarz z miruny na parze 100g, 100g,masło 15g, pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)	k szynkowa 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g, pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	poledwica sopocka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska podsuszana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	<b>Lekkostrawna</b>	paprykarz z miruny na parze 100g, 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)	k szynkowa 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	poledwica sopocka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k krakowska podsuszana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
<b>Posiłek</b>	<b>Cukrzyca</b>	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	schab pieczony 40g, masło 5g, pieczywo razowe	poledwica z indyka 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, orkisz, kamut) | 9. orzechy ziemne / larchaidowe |
| 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

