

	Diety	18.05.sobota	19.05.niedziela	20.05.poniedziałek	21.05.wtorek	22.05.środa
I śniadanie	Normalna	makaron na ml 350ml,ser biały 100g,powidła 50g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,serek wiejski 150g,pomidor koktajlowy 100g,rukola 10g,100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,półdewica sopocka 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidor koktajlowy 100g,rukola 10g,100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	makaron na ml 350ml,ser biały 100g,powidła 50g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane,papryka 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,serek wiejski 150g,pomidor koktajlowy 100g,rukola 10g,100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z jajkiem,papryka,pomidor,jabłko	kanapka z ser topiony,rzodkiewka,ogórek,śliwka	kanapka z szynką,papryka,ogórek,śliwka	kanapka z ser żółty,rzodkiewka,sałata,jabłko	kanapka z k szynkową,pomidor,ogórek,jabłko
Obiad	Normalna	kalafiorowa 400ml,schab pieczony 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz biały z kielbasą i jajkiem 400ml,k mielony z pieca 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak 400ml,kotlet pożrski z indyka z pieca 110g,sur z marchwi i jabłka 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,karczek z grilla 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur coleslaw 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	kalafiorowa 400ml,schab gotowany 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,pierś z indyka got. 110g,brokul na parze 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,rolada wp gotowana 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,schab na parze 110g,sur coleslaw 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	kalafiorowa 400ml,schab gotowany 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,pierś z indyka got. 110g,sur z marchwi i jabłka 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,rolada wp gotowana 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,schab na parze 110g,brokul na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwie		jabłko	śliwka	bułeczka drożdżowa sok pomidorowy	banan\cukrzyca jabłko	arbuz
Kolacja	Normalna	k krakowska 60g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwaga 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	półdewica sopocka 60g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	k krakowska 60g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwaga 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	półdewica sopocka 60g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

	Lekkostrawna	k krakowska 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwaga 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posilek	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	ser biały 100g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	jajko gotowane, masło 10g, pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g

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	23.05.czwartek	24.05.piątek	25.05.sobota	26.05.niedziela	27.05.poniedziałek
I śniadanie	Normalna	k manna na ml 350ml,k krakowska 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe 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)	płatki jęczmienne na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 50g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,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)	kartoflank 350ml,półdewica sopocka 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	k manna na ml 350ml,k krakowska 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 50g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	kanapka z ser topiony,rzodkiewka,sałata,jabłko	kanapka z ser kanapkowy,rzodkiewka,sałata,jabłko	kanapka z jajkiem,papryka,pomidor,jabłko	kanapka z szynka,papryka,ogórek,śliwka	kanapka z k szynkowa,pomidor,ogórek,jabłko
Obiad	Normalna	szczawiowa 400ml,k mielony z pieca 110,sur z kap pekińskiej z papryką 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z jabłkiem i serem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sałata lodowa 150g,k pęczak 80g,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)	grochowa 400ml,schab w sosie chrzanowym 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,pulpet na parze 110,sur z kap pekińskiej z papryką 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z jabłkiem i serem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sałata lodowa 150g,k pęczak 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,sałata zielona 50g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,schab w sosie koperkowym 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	koperkowa 400ml,pulpet na parze 110,sałata zielona 50g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z jabłkiem i serem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sałata lodowa 150g,k pęczak 80g,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)	grycikowa 400ml,schab w sosie koperkowym 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek	Dzieci	banan\cukrzyca jabłko	śliwka	jabłko	sok pomidorowy	bułeczka rwaniec\cukrzyca jabłko
Kolacja	Normalna	pieś dr gotowana 60g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z jaj ze szczypiorem 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	pieś dr gotowana 60g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z jaj ze szczypiorem 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

	Lekkostrawna	pieś dr gotowana 60g, ogórek 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z jaj z koperkiem 100g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posilek	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	serek wiejski, masło 10g, pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	ser biały 100g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g

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