

	Diety	18.04.sobota	19.04.niedziela	20.04.poniedziałek	21.04.wtorek	22.04.środa
I śniadanie	Normalna	k manna 350ml, ser biały 100g, dżem 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki jęczmieńne na m 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, serek wiejski 150g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml, k szynkowa 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na m l 40g, paprykarz z dorsza 100g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną(1,2,3,4)
	Cukrzyca	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, schab pieczony 40g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	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, k szynkowa 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 40g, paprykarz z dorsza 100g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną(1,2,3,4)
	Lekkostrawna	k manna 350ml, ser biały 100g, dżem 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki jęczmieńne na m 350ml, schab pieczony 40g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml, serek wiejski 150g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml, k szynkowa 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na m l 40g, paprykarz z dorsza 100g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata z cytryną(1,2,3,4)
II śniadanie		bułka humusem, ogórek, jabłko	kanapka z szynką, pomidor, mandarynka	bułka z jajkiem, sałata, jabłko	kanapka z ser kanapkowy, pomidor, mandarynka	kanapka z schab pieczony, rzodkiewka, kiwi
Obiad	Normalna	koperkowa 400ml, schab pieczony 110g, marchewka mini 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml, udko w potrawce 250g, sałata lodowa 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	fasolowa 400ml, k mielony z pieca 110g, sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	żurek z jajkiem i kiebasą 400ml, k schabowy z pieca 110g, mizeria z jogurtem 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak 400ml, befsztyk wp z pieca 110g, mix sałat w sosie vinegrett 150g, kasza kuskus 80g, kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml, schab pieczony 110g, kalafior na parze 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	rosół z ziemniakami 400ml, udko w potrawce 250g, sałata lodowa 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml, klops wp. na parze 110g, sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, schab na parze 110g, mizeria z jogurtem 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml, befsztyk wp na parze 110g, mix sałat w sosie vinegrett 150g, kasza kuskus 80g, kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	koperkowa 400ml, schab pieczony 110g, marchewka mini 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml, udko w potrawce 250g, sałata lodowa 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml, klops wp. na parze 110g, brokuł na parze 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, schab na parze 110g, mizeria z jogurtem 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml, befsztyk wp na parze 110g, mix sałat w sosie vinegrett 150g, kasza kuskus 80g, kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek		sok tłoczony z jabłek 250ml	banan/ cukrzyca jabłko	bułeczka rwaniec/ cukrzyca jabłko	jabłko	banan/ cukrz. jabłko
	Normalna	szynka od szwagra 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasztet wp 80g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g, pomidor koktajlowy 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)

Kolacja	Cukrzyca	szynka od szwagra 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,ogórek kiszony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	szynka od szwagra 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g, serek naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,ogórek kiszony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,kefir naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g,pomidor koktajlowy100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,maślanka,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	połędwica sopocka 40g,masło 5g,pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe 20g	jajko gotowane,masło 5g,pieczywo razowe 20g	ser biały 100g,masło 5g,pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g,masło 5g,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,oryz) | 9.orzechy ziemne\archaidowe |
| 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	23.04.czwartek	24.04.piątek	25.04.sobota	26.04.niedziela	27.04.poniedziałek
I śniadanie	Normalna	k manna na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy100g,rukola 5g,masło 15g,pieczywo mieszane50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,ser biały100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,szynka z beki 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,krakowska 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy100g,rukola 5g,masło 15g,pieczywo mieszane50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka350ml,ser biały100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z beki 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka350ml,krakowska 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	k manna na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy100g,rukola 5g,masło 15g,pieczywo mieszane100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,ser biały100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,szynka z beki 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,krakowska 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
II śniadanie		bułka z jajkiem,ogórek,jabłko	kanapka z ser żółty,papryka,mandarynka	bułka z szynką z beczki,sałata,jabłko	kanapka z ser topiony,ogórek,kiwi	kanapka z pasztetem sojowym,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	koperkowa 400ml,gołąbki po gorlicku 110g,sałata z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zupa z soczewicy 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,schab pieczony 110g,mizéria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,udko pieczone 250g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,kmielony z pieca 110g,sur chińska z kapusty 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,gołąbki po gorlicku 110g,sałata z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,schab na parze 110g,mizéria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ziemniakami 400ml,udko na parze 250g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,kmielony z pieca 110g,sur chińska z kapusty 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	koperkowa 400ml,gołąbki po gorlicku 110g,sałata z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,schab na parze 110g,mizéria z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,udko na parze 250g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,klops na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczerek		babeczka z jabłkiem\cukrzyca jabłko	banan/ cukrzyca jabłko	sok pomidorowy 250ml,	banan/ cukrzyca jabłko	jabłko
	Normalna	piersz dr gotowna 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,4)	połędwica sopočka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,papryk100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	pieś dr gotowna 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,4)	polędwica sopocka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,papryk100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pieś dr gotowna 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g, serek naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,4)	polędwica sopocka 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,kefir naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,papryk100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,jogurt naturalny,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 100g,maślanka,herbata z cytryna (1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	jajko gotowanemasło 5g,pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe 20g	polędwica z indyka 40g,masło 5g,pieczywo razowe 20g	serek wiejski 150g,masło 5g,pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g,masło 5g,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,oryz) | 9.orzechy ziemne\archaidowe |
| 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