

	Diety	26.08.poniedziałek	27.08.wtorek	28.08.środa	29.08.czwartek	30.08.piątek
I śniadanie	Normalna	pł owsiane na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiew 50g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidorki koktajlowe 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(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 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiew 50g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidorki koktajlowe 100g,rukola 10g,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)
	Letkostrawna wątroby	pł owsiane na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)chir. Wędlina 40g	k manna na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,twarożek z kpoerkiem 100g,rzodkiew 50g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidorki koktajlowe 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,ser biały 100g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z ser żółty,papryka,ogórek,śliwka	bułka z szynką,pomidor,sałata,jabłko	kanapka z połędwicą,pomidor,rzodkiewka,śliwka	kanapka z ser topiony,papryka,ogórek,jabłko	bułka z pasztetem,ogórek kiszony,jabłko
Obiad	Normalna	kalafiorowa 400ml,kotlet pożarski z indyka z pieca 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	fasolowa 400ml,schab pieczony w sosie chrzanowym 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,k mielony z pieca 110g,kapusta zasmażana 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,dorsz pieczony 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
	Cukrzyca	kalafiorowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,schab na parze w sosie potrawkowym 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,klops na parze 110g,brokul na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,dorsz na parze 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	kalafiorowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,kalafior na parze 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,schab na parze w sosie potrawkowym 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,klops na parze 110g,brokul 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)
Podwieczorek		sok warzywny	banan\cukrzyca jabłko	śliwka\cukrz jabłko	banan\cukrzyca jabłko	sok pomidorowy\dzieci sok owocowy,wafelek
	Normalna	k krakowska 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszzerowany 60g,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,serek,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	2 jajka gotowane,rzodkiew 100g,masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

<b>Kolacja</b>	<b>Cukrzyca</b>	k krakowska 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g, 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, serek naturalny, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, pomidorki koktajlowe 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	2 jajka gotowane, rzodkiew 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek wiejski, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	<b>Lekkostrawna wątroby</b>	k krakowska 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g, 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 100g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, pomidorki koktajlowe 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	2 jajka gotowane, rzodkiew 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
<b>Posiłek</b>	<b>Cukrzyca</b>	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	polędwica z indyka 40g, 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) | 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	31.08.sobota	1.09.niedziela	2.09.poniedziałek	3.09.wtorek	4.09.środa
I śniadanie	Normalna	płatki ryżowe na ml 350ml, szynka sołtysówka 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml, szynka z beczki 40g, pomidor 40g, koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml, serek wiejski 150g, powidła 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml, 2 jajka gotowane, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml, k szynkowa 40g, rzodkiew 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml, szynka sołtysówka 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, szynka z beczki 40g, pomidor 40g, koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, serek wiejski 150g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, 2 jajka gotowane, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, k szynkowa 40g, rzodkiew 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna wątroby	płatki ryżowe na ml 350ml, szynka sołtysówka 40g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml, szynka z beczki 40g, pomidor 40g, koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml, serek wiejski 150g, powidła 30g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml, 2 jajka gotowane, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml, k szynkowa 40g, rzodkiew 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	kanapka z jajkiem, papryka, ogórek, śliwka	bułka z pasztetem, ogórek kiszony, jabłko	kanapka z serkanapkowy, papryka, ogórek, jabłko	bułka z szynką, pomidor, sałata, jabłko	kanapka z ser topiony, papryka, ogórek, jabłko
Obiad	Normalna	krupnik 400ml, befsztyk wp 110g, sał z pomidora 150g, ziemniaki 300g, 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)	ryżanka 400ml, k schabowy z pieca 110g, sur z kap pekińskiej z pora i gruszek 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	ogórkowa 400ml, sznycel z indyka z pieca 110g, sur z kap białej, selera i chrzanu 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkowa z łazankami 400ml, gołąbki w sosie pomidorowym 110g, ogórek kiszony 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	krupnik 400ml, befsztyk wp 110g, sał z pomidora 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml, udko w potrawce 250g, kalafior na parze 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	ryżanka 400ml, schab na parze 110g, sur z kap pekińskiej z pora i gruszek 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, pierś z indyka na parze 110g, sa z pomidora 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml, pulpet w sosie pomidorowym 110g, ogórek kiszony 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	krupnik 400ml, befsztyk wp 110g, sał z pomidora 150g, ziemniaki 300g, 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)	ryżanka 400ml, schab na parze 110g, brokuł na parze 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, pierś z indyka na parze 110g, sa z pomidora 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml, pulpet w sosie pomidorowym 110g, ogórek kiszony 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek	Dzieci	jabłko	gruszka	bułeczka drożdżowa, cukrzyca sok warzywny	śliwka, cukrzyca jabłko	banan, cukrzyca jabłko
	Normalna	polędwica sopocka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pierś drożdżowa gotowana 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasztet wp 80g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

<b>Kolacja</b>	<b>Cukrzyca</b>	polędwica sopočka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pieś dr gotowana 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasztet wp 80g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	<b>Lekkostrawna wątroby</b>	polędwica sopočka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pieś dr gotowana 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasztet wp 80g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
<b>Posiłek</b>	<b>Cukrzyca</b>	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko got, 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

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