

	Diety	8.05.środa	9.05.czwartek	10.05.piątek	11.05.sobota	12.05.niedziela
I śniadanie	Normalna	zacierki na ml 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna 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)	płatki jęczmienne na ml 350ml,serek wiejski 150g,rzodkiewka 100g,ma sło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	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,serek wiejski 150g,rzodkiewka 100g,ma sło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna wątroby	zacierki na ml 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka sołtysówka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,serek wiejski 150g,rzodkiewka 100g,ma sło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z szynką,rzodkiewką,sałatką, jabłko	kanapka z jajkiem,papryką,ogórek, jabłko	kanapka z ser topionym,rzodkiewką,papryką, śliwką	kanapka z połowicą,pomidorem,papryką, kiwi	kanapka z ser żółtym,rzodkiewką,papryką, jabłko
Obiad	Normalna	kapuśniak 400ml,k schabowy z pieca 110g,mizéria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,karczek po cygańsku 110g,sałatka wiosenna 140g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grochowa 400ml,kotlet z jaj 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,k mielony z pieca 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	grycikowa 400ml,schab na parze 110g,mizéria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,klops z indyka na parze 110g,sałatka wiosenna 140g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,dorsz na parze 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,klops na parze 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	grycikowa 400ml,schab na parze 110g,marchewka 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,klops z indyka na parze 110g,sałatka wiosenna 140g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,dorsz na parze 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,klops na parze 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,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)
Podwieczer		śliwka	banan\cukrzyca jabłko	sok pomidorowy	banan\cukrzyca jabłko	bułeczka dr.rwaniec\ cukrzyca sok pomidorowy
	Normalna	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,pomidor 100g,cykorcia 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4))	schab pieczony 60g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	szynka gotowana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza piezonego 100g, pomidor 100g, cykorcia 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4))	schab pieczony 60g, ogórek 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna wątroby	szynka gotowana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza piezonego 100g, pomidor 100g, cykorcia 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4))	schab pieczony 60g, ogórek 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	polędwica sopocka 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	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

DIETY		13.05.poniedziałek	14.05.wtorek	15.05.środa	16.05.czwartek	17.05.piątek
I śniadanie	Normalna	zacierki na ml 350ml,ser biały 10g,powidła 30g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki owsiane 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż 350ml,szynka softysówka 40g,pomidor 100g,cykorcia 10g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmieńne na ml 350ml,k szynkowa 40g,papryka100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,serek wiejsk 150g,rzodkiewka 30g,rukola 10g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,ser biały 10g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka softysówka 40g,pomidor 100g,cykorcia 10g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,papryka100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejsk 150g,rzodkiewka 30g,rukola 10g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna wątroby	zacierki na ml 350ml,ser biały 10g,powidła 30g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki owsiane 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż 350ml,szynka softysówka 40g,pomidor 100g,cykorcia 10g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmieńne na ml 350ml,k szynkowa 40g,papryka100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,serek wiejsk 150g,rzodkiewka 30g,rukola 10g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z jajkiem,papryka,ogórek,jabłko	kanapka z szynka,rzodkiewka,sałata,jabłko	kanapka z polędwicą,pomidor,papryka,kiwi	kanapka z ser topiony,pomidor,sałata,śliwka	kanapka z ser kanapkowy,rzodkiewka,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	ogórkowa 400ml,k schabowy z pica 110g,sur z kap pekińskiej z papryką 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	fasolwa 400ml,sznicel z indyka 110g,marchewka z groszkiem 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,gulasz węgierski 110g,sałatka wiosenna 150g,k.gryczana 80g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,udko pieczone 250g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkowa z łazankami 400ml,dorsz pieczony 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,sur z kap pekińskiej z papryką 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysiowa 400ml,klops na parze z indyka 110g,kalafior na parze 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,gulasz węgierski 110g,sałatka wiosenna 150g,k.gryczana 80g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,udko w potrawce 250g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,dorsz na parze 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,brokuł na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysiowa 400ml,klops na parze z indyka 110g,marchewka z groszkiem 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,gulasz węgierski 110g,sałatka wiosenna 150g,k.jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,udko w potrawce 250g,sałata 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,dorsz na parze 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
Podwieczer		śliwka	banan\cukrzyca jabłko	bułeczka dr serem\cukrzyca sok pomidorowy	banan\cukrzyca jabłko	gruszka
	Normalna	szynka konserwowa 60g,papryka100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszzerowany 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z jaj 100g,rukola 10g,pomidor koktajlowy 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	szynka konserwowa 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszzerowany 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z jaj z jogurtem 100g, rukola 10g, pomidor koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna wątroby	szynka konserwowa 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszzerowany 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z jaj z jogurtem 100g, rukola 10g, pomidor koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 0g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	połędwica sopocka 40g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko gotowane, masło 5g, pieczywo razowe	serek wiejski 150g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	ser biały 100g, 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