

	Diety	18.04.czwartek	19.04.piątek	20.04.sobota	21.04.niedziela	22.04.poniedziałek
I śniadanie	Normalna	zacierki na ml 350ml,serek wiejski 150g,ogórek zielony100g,masło15g,pie czywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane rzodkiewka 50g,cykor 10g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka z bec 40g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,ogórek zielony100g,masło15g,pie czywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane rzodkiewka 50g,cykor10g,masło15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,półdewica sopocka 40g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z bec 40g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna wątroby	zacierki na ml 350ml,serek wiejski 150g,ogórek zielony100g,masło15g,pie czywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane rzodkiewka 50g,cykor 10g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,papryka 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka z bec 40g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z półdewicą dr, pomidor,papryka,jabłko	kanapka z ser topiony,ogórek,papryka,ki wi	kanapka z pasztetem dr,ogórek,papryka,mandar ynka	kanapka z jajkiem,rzodkiewka,sałata, jabłko	kanapka z półdewicą sopocka,pomidor,papryka, kiwi
Obiad	Normalna	pomidorowa z ryżem 400ml,kotlet pożarski z indyka pieczony 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6.7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6.7)	koperkowa 400ml,befszytk wp z pieca 110g,sałata lodowa 150g,kasza pęczak 80g,kompot(1,2,3,6.7)	żurek z jajkiem i kiełbasą 400ml,sznyceł dr z pieca 110g,marchewka z groszkiem 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6.7)	kalafiorowa 400ml,k mielony z pieca 110g,sur z kapusty,ogórka i papryki z musztardą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6.7)
	Cukrzyca	pomidorowa z ryżem 400ml,pulpet z indyka na parze 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6.7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6.7)	koperkowa 400ml,befszytk wp na parze 110g,sałata lodowa 150g,kasza pęczak 80g,kompot(1,2,3,6.7)	kartoflanka 400ml,pieś dr w potrawce110g,sałata wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6.7)	kalafiorowa 400ml,klops na parze 110g,sur z kapusty,ogórka i papryki z musztardą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6.7)
	Lekkostrawna wątroby	pomidorowa z ryżem 400ml,pulpet z indyka na parze 110g,marchewka 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6.7)	jarzynowa 400ml,makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6.7)	koperkowa 400ml,befszytk wp na parze 110g,sałata lodowa 150g,kasza pęczak 80g,kompot(1,2,3,6.7)	kartoflanka 400ml,pieś dr w potrawce110g,marchewka z groszkiem150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6.7)	kalafiorowa 400ml,klops na parze 110g,sałata zielona 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6.7)
Podwieczorek		banan\ cukrzyca jabłko	bułeczka dr z serem\cukrzyca sok pomidorowy	śliwka	jabłko\dzieci miś lubiś	sok pomidorowy
	Normalna	szynka z bec 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4)	szynka od szwagra 60g,ogórek zielony100g,masło15g,pie czywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,serek ,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	szynka z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4)	szynka od szwagra 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pie czywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,ogórek kiszony 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,serek naturalny ,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna wątroby	szynka z beczki 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4)	szynka od szwagra 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pie czywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,ogórek kiszony 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,serek ,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe 20g	serek wiejski,masło 5g,pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g,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, 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		23.04.wtorek	24.04.środa	25.04.czwartek	26.04.piątek	27.04.sobota
I śniadanie	Normalna	ryż na ml 350ml,k krakowska 40g,ogórek 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)	k manna na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor koktajlowy 80g,cykorcia 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,polędwica sopocka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,polędwica sopocka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,k krakowska 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,rzodkiewka 50g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,pomidor koktajlowy 80g,cykorcia 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,polędwica sopocka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,polędwica sopocka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna wątroby	ryż na ml 350ml,k krakowska 40g,ogórek 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)	k manna na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor koktajlowy 80g,cykorcia 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,polędwica sopocka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,polędwica sopocka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	kanapka z ser żółty,ogórek,papryka,kiwi	kanapka z polędwicą dr ,pomidor,papryka,jabłko	kanapka z jajkiem,rzodkiewka,sałata, jabłko	kanapka z ser topiony,ogórek,papryka,kiwi	kanapka z pasztetem dr,ogórek,papryka,mandarynka
Obiad	Normalna	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,sałatka wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkowa z łazankami 400ml,karczek po cygańsku 110g,sur z kap pekińskiej z ogórkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur colesłwa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	fasolowa 400ml,dorsz pieczony 110g,sur z marchwi i chrzanu 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	brokułowa 400ml,k mielony z pieca 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,sałatka wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,sur z kap pekińskiej z ogórkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,schab na parze 110g,sur colesłwa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,dorsz na parze 110g,sur z marchwi i chrzanu 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	brokułowa 400ml,rolada wp na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,sałatka wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,brokuł na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,schab na parze 110g,marchewka 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,dorsz na parze 110g,kałafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	brokułowa 400ml,rolada wp na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek	Dzieci	banan\ cukrzyca jabłko	jabłko\dzieci wafelek	śliwka	sok pomidorowy\dzieci sok owocowy	banan\ cukrzyca jabłko
	Normalna	pasztet 80g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g,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,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k krakowska podsuszana 60g,pomidor koktajlowy 100g,cykorcia 3g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	polędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g,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,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k krakowska podsuszana 60g,pomidor koktajlowy 100g,cykorcia 3g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna wątroby	polędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g,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,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k krakowska podsuszana 60g,pomidor koktajlowy 100g,cykorcia 3g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Positek	Cukrzyca	serek wiejski,masło 5g,pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe 20g	ser biały 100g,masło 5g,pieczywo razowe 20g	jajko gotowane,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)
- 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\arachidowe
- 10.soja i produkty pochodne
- 11.sezam
- 12.łubin
- 13.mięczaki
- 14.skorupiaki

opracowała Renata Seremak