

	Diety	28.05.wtorek	29.05.środa	30.05.czwartek BC	31.05.piątek	1.06.sobota
I śniadanie	Normalna	k .manna na ml 350ml,indyk faszerowany 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,indyk faszerowany 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,pomidor koktajlowy 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 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostraw na wątroby	k .manna na ml 350ml,indyk faszerowany 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł owsiane na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony 100g,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 polędwicą,pomidor,rzodkiewka,śliwka	kanapka z ser topiony,papryka,ogórek,jabłko	bułka z pasztetem,ogórek kiszony,jabłko
Obiad	Normalna	ogórkowa 400ml,sznyceł z indyka z pieca 110g,sałata wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,k mielony z pieca 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	żurek z jajkiem i kielbasą 400ml,k schabowy z pieca 110g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,dorsz pieczony 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	kalafiorowa 400ml,gulasz wp 110g,sałata lodowa 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml, pierś z indyka na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,pulpet na parze 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,schab na parze 110g,kałafior na parze 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)	kalafiorowa 400ml,gulasz wp 110g,sałata lodowa 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	koperkowa 400ml, pierś z indyka na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z makaronem 400ml,pulpet na parze 110g,brokuł na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml,schab na parze 110g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,dorsz na parze 110g,kałafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	kalafiorowa 400ml,gulasz wp 110g,sałata lodowa 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczer		banan\cukrzyca jabłko	nektarynka	sok warzywny	banan\cukrzyca jabłko	sok pomidorowy\dzieci sok owocowy,wafelek
	Normalna	szynka konserwowa 60g,papryka 100g,masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k gospodarcza z grila 100g,ogórek kiszony 100g,masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pierś dr gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,pomidor 100g,masło 15g, 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, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pieś dr gotowana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, pomidor 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, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pieś dr gotowana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	połędwica 40g, masło 5g, pieczywo razowe	serek wiejski 150g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko gotowane, 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	2.06.niedziela	3.06.poniedziałek	4.06.wtorek	5.06.środa	6.06.czwartek
I śniadanie	Normalna	k manna na ml350ml,polęwica sopocka 40g,papryka 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 drożdżowe na ml 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,polęwica sopocka 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,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna wątroby	k manna na ml350ml,polęwica sopocka 40g,papryka 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 drożdżowe na ml 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	kanapka z ser żółty,papryka,ogórek,śliwka	bułka z jajkiem,ogórek kiszony,jabłko	kanapka z ser kanapkowy,papryka,ogórek,jabłko	bułka z szynką,pomidor,sałata,jabłko	kanapka z ser topiony,papryka,ogórek,jabłko
Obiad	Normalna	rosół z makaronem 400ml,udko dr w potrawce 250g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,k mielony z pieca 110g,sur z kap pekińskiej z ogórkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak lubelski 400ml,kotlet pożarski z indyka z pieca 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,goąbki w sosie pomidorowym 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	fasolowa 400ml,befszytk wp z pieca 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,k pęczak 80g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	rosół z makaronem 400ml,udko dr w potrawce 250g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,klops wp na parze 110g,sur z kap pekińskiej z ogórkiem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops z indyka na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,befszytk wp na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,k pęczak 80g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	rosół z makaronem 400ml,udko dr w potrawce 250g,marchewka150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,klops wp na parze 110g,brokuł na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops z indyka na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,befszytk wp na parze 110g,marchewka 150g,k pęczak 80g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek	Dzieci	jabłko	sok pomidorowy	banan\cukrzyca jabłko	śliwka	nektarynka
	Normalna	szynka sołtysówka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasztet 80g,ogórek kiszony100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	szynka soltysówka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna wątroby	szynka soltysówka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g, ogórek małosolny 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)	polędwica sopocka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 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

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