

	Diety	7.06.piątek	8.06.sobota	9.06.niedziela	10.06.poniedziałek	11.06.wtorek
I śniadanie	Normalna	zacierki na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,k krakowska 40g,ogórek zielony100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,serek wiejski 150g,powidła 30g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka gotowana 40g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,ogórek zielony100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka gotowana 40g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	zacierki na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,k krakowska 40g,ogórek zielony100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,serek wiejski 150g,powidła 30g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka gotowana 40g,ogórek kiszony 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z pasztetem,ogórek,jabłko	kanapka z jajkiem,sałata,rzodkiewka,jabłko	kanapka z ser kanapkowy,pomidoro,papryka,śliwka	kanapka z schab pieczony,rzodkiewka,sałata,jabłko	kanapka z ser żółty,pomidor,papryka,śliwka
Obiad	Normalna	jarzynowa 400ml,kotlet z jaj 110g,sur z marchwi i chrzanzu 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sał z ogórka i cebuli 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,schab pieczony 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,karczek po cygańsku 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,k mielony z pieca 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	jarzynowa 400ml,dorsz na parze110g,sałatka wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sał z ogórka i cebuli 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,schab na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,piersz z indyka na parze 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,klops na parze 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Letkostrawna	jarzynowa 400ml,dorsz na parze110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,kalafior na parze150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,schab na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,piersz z indyka na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,klops na parze 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwie		śliwka	jabłko	banan\cukrz.jabłko	bułeczka rwaniec\cukrz sok pomidorowy	banan\cukrz.jabłko
	Normalna	piersz dr gotowana 40g,rzodkiewka 100g,rurkola 10g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,papryka100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,ogórek 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z indyka 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	pieś dr gotowana 40g, rzodkiewka 100g, rurkola 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, papryka 100g, masło 15 g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g, ogórek 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z indyka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	pieś dr gotowana 40g, rzodkiewka 100g, rurkola 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, papryka 100g, masło 15 g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g, ogórek 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z indyka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Positek	Cukrzyca	jajko gotowane, masło 10g, piecz ywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	ser biały 100g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	serek wiejski, masło 10g, 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	12.06.środa	13.06.czwartek	14.06.piątek	15.06.sobota	16.06.niedziela
I śniadanie	Normalna	pł owsiane na ml 350ml,2 jajka gotoane,rzodkiewka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł ryżowe 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)	makaron na ml 350ml,serbiały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,połowica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,2 jajka gotoane,rzodkiewka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	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,serbiały 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,połowica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	pł owsiane na ml 350ml,2 jajka gotoane,rzodkiewka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)chirurgia wędlna 40g,	pł ryżowe na ml 350ml,k krakowska 40g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,serbiały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,połowica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	kanapka z ser kanapkowy,pomidoro,papryka,śliwka	kanapka z pasztetem,ogórek,jabłko	kanapka z jajkiem,sałata,rzodkiewka,jabłko	kanapka z ser żółty,pomidor,papryka,śliwka	kanapka z szynką dr,rzodkiewka,sałata,jabłko
Obiad	Normalna	pieczarkowa z łazankami 400ml,kotlet pożarski z indyka 110g,mizeria 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	ogórkowa 400ml,befszyk wp z pieca 110g,sałata wiosenna 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,dorsz pieczony 110g,sur z kap pekińskiej z musztardą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	żurek z jajkiem i kielbasą 400ml,schab pieczony 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	łazankowa 400ml,pierś z indyka w potrawce 110g,mizeria 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,befszyk wp na parze 110g,sałata wiosenna 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,dorsz na parze 110g,sur z kap pekińskiej z musztardą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,schab gotowany 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Letkostrawna	łazankowa 400ml,pierś z indyka w potrawce 110g,marchewka got 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,befszyk wp na parze 110g,sałata wiosenna 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,dorsz na parze 110g,sałata zielona 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)	kartoflanka 400ml,schab gotowany 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwie	Dzieci	śliwka	banan\cukrz.jabłko	arbuz	jabłko	banan\cukrz.jabłko
	Normalna	k szynkowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połowica sopocka 60g,ogórek 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z jaj ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczi 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	k szynkowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połudwica sopocka 60g, ogórek 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z jaj ze szczypiorem 100g, rzodkiewka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna	k szynkowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połudwica sopocka 60g, ogórek 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z jaj ze szczypiorem 100g, rzodkiewka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
Positek	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	jajko gotowane, masło 10g, pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g	serek wiejski, masło 10g, pieczywo razowe 20g	indyk w galarecie 40g, masło 10g, 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