

	Diety	2.02.niedziela	3.02.poniedziałek	4.02.wtorek	5.02.środa	6.02.czwartek
I śniadanie	Normalna	k manna na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,ser biały100g,powidła 30g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,indyk faszerowany 40g,pomidor koktajlowy100g,rukola 5g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały100g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,indyk faszerowany 40g,pomidor koktajlowy100g,rukola 5g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	k manna na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,ser biały100g,powidła 30g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,szynka od szwagra 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,indyk faszerowany 40g,pomidor koktajlowy100g,rukola 5g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,szynka z beczki 40g,pomidor 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z pasztetem,ogórek,kiwi	bułka z jajkiem,rzodkiewka,jabłko	kanapka z ser żółty,papryka,mandarynka	kanapka z ser kanapkowy,ogórek,jabłko	bułka z polewicą dr,papryka,kiwi
Obiad	Normalna	barszcz biały z jajkiem i kiełbasą 400ml,k mielony z pieca 110g,buraczki 150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur z kap.białej z chrzanem i porem 150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	fasolowa 400ml,sznicel dr z pieca 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,befszytk wp z pieca 110g,sałata lodowa 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkowa z łazankami 400ml,schab w sosie chrzanowym 110g,buraczki 150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	łazankowa 400ml,pulpet na parze 110g,buraczki 150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,schab na parze 110g,kałafior na parze150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koiperkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,befszytk na parze 110g,sałata lodowa 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,schab w sosie kjoiperkowym110g,buraczki 150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	łazankowa 400ml,pulpet na parze 110g,buraczki 150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	pomidorowa z ryżem 400ml,schab na parze 110g,kałafior na parze150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koiperkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,marchewka got 150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,befszytk na parze 110g,sałata lodowa 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,schab w sosie kjoiperkowym110g,buraczki 150g,zemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczerek		pomarańcza	bułeczka rwaniec\cukrzyca sok pomidorowy	banan\cukrzyca jabłko	gruszka	banan\cukrzyca jabłko
	Normalna	szynka z beczki 60g,ogórek zielony100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,ogórek zielony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	połudwica z indyka 60g,papryka 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)

<b>Kolacja</b>	<b>Cukrzyca</b>	szynka z beczki 60g, ogórek zielony 100g, masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, papryka 100g, masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, ogórek zielony 100g, masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g, papryka 100g, masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	<b>Lekkostrawna</b>	szynka z beczki 60g, ogórek zielony 100g, masło 15, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, papryka 100g, masło 15, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, ogórek zielony 100g, masło 15, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g, papryka 100g, masło 15, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
<b>Positek</b>	<b>Cukrzyca</b>	serek wiejski 150g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko gotowane, masło 5g, pieczywo razowe	serek wiejski 150g, masło 5g, pieczywo razowe	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe	serek wiejski 150g, 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	7.02.piątek	8.02.sobota	9.02.niedziela	10.02.poniedziaek	11.2.wtorek
I śniadanie	Normalna	pł ryżowe na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,półdewica z indyka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,półdewica sopočka 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,półdewica z indyka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,półdewica sopočka 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł ryżowe na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,półdewica z indyka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,półdewica sopočka 40g,pomidor 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,ogórek kiszony 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z ser topiony,papryka,mandarynka	bułka z polęwicą sopočką,papryka,kiwi	bułka z jajkiem,rzodkiewka,jabłko	kanapka z ser kanapkowy,papryka,mandarynka	kanapka z pasztetem,ogórek,jabłko
Obiad	Normalna	krupnik 400ml,dorsz z pieca 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	ryżanka 400ml,klops w sosie pomidorowym 110g,salata zielona 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)	jarzynowa 400ml,kotlet mielony z pieca 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	szczawiowa z jajkiem 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur z kap czerwonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	krupnik 400ml,dorsz na parze 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	ryżanka 400ml,klops w sosie pomidorowym 110g,salata zielona 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)	jarzynowa 400ml,pulpet na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,sur z kap czerwonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	krupnik 400ml,dorsz na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	ryżanka 400ml,klops w sosie pomidorowym 110g,salata zielona 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)	jarzynowa 400ml,pulpet na parze 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab na parze 110g,brokuł na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek		babeczka z jabłkiem\cukrzyca sok pomidorowy	gruszka	banan\cukrzyca jabłko	pomarańcza	banan\cukrzyca jabłko
	Normalna	2 jajka gotowane,pomidorki koktajlowe 100g,rukola 5g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,papryka 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g,ogórek kiszony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pasztet 80g,ogórek kiszony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)

<b>Kolacja</b>	<b>Cukrzyca</b>	2 jajka gotowane, pomidorki koktajlowe 100g, rukola 5g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	<b>Lekkostrawna</b>	2 jajka gotowane, pomidorki koktajlowe 100g, rukola 5g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	indyk faszerowany 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
<b>Positek</b>	<b>Cukrzyca</b>	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko gotowane, masło 5g, pieczywo razowe	polędwica sopocka 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)
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