

	Diety	23.04.środa	24.04.czwartek	25.04.piatek	26.04.sobota	27.04.niedziela
I śniadanie	Normalna	zacierki na ml 350ml,serek wiejski 150g,pomidorki koktajlowe100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,polewica sopocka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,polewica sopocka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidorki koktajlowe100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,polewica sopocka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,twarożek ze szczypiorem 100g,rzodkiewka 50g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,polewica sopocka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	zacierki na ml 350ml,serek wiejski 150g,pomidorki koktajlowe100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,polewica sopocka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki jęczmienne na ml 350ml,twarożek z natką 100g,rzodkiewka 50g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,polewica sopocka 40g,ogórek zielony 100g,masło 15, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z pasztetem,ogórek,jabłko	kanapka z ser topiony,papryka,kiwi	kanapka z ser żółty,pomidor,jabłko	grachamka z schab pieczony,papryka,śliwka	kanapka z szynka,pomidor,jabłko
Obiad	Normalna	pomidorowa z ryżem 400ml,sznicel z indyka z pieca 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabieleny 400ml,k mielony z pieca 110g,sałata wiosenna 150g,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)	łazankowa 400ml,befszytk wp z pieca 110g,ogórek kiszony 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik400ml, schab pieczony 110g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	pomidorowa z ryżem 400ml,pierś z indyka na parze 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabieleny 400ml,pulpet na parze 110g,sałata wiosenna 150g,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)	łazankowa 400ml,befszytk wp na parze110g,ogórek kiszony 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik400ml, schab na parze 110g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	pomidorowa z ryżem 400ml,pierś z indyka na parze 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabieleny 400ml,pulpet na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,dorsz na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	łazankowa 400ml,befszytk wp na parze110g,ogórek kiszony 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik400ml, schab na parze 110g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwie		jabłko	banan\cukrzyca jabłko	sok pomidorowy	bułeczka rwaniec\cukrzyca jabłko	jabłko
	Normalna	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g,pomidor 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,papryka 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,4)	szynka z becuki 60g,papryka 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza piezonego 100g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,4)	szynka z becuki 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza piezonego 100g,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,4)	szynka z becuki 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	szynka 40g,masło 5g,pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g,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,ork 9.orzechy ziemne\archaidowe
- 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
- 10.soja i produkty pochodne
- 11.sezam
- 12.łubin
- 13.mięczaki
- 14.skorupiaki

opracowała Renata Seremak

	DIETY	28.04.poniedziałek	29.04.wtorek	30.04.środa	1.05.czwartek	2.05.piątek
I śniadanie	Normalna	pł owsiane na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,szynka gotowana 40g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,połędwica sopocka 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,2 jajka gotowane,papryka 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)	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka gotowana 40g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,połędwica sopocka 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł owsiane na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,k szynkowa 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,szynka gotowana 40g,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pł jęczmienne na ml 350ml,połędwica sopocka 40g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,2 jajka gotowane,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
II śniadanie		bułka z jajkiem ,pomidor,jabłko	kanapka z ser kanapkowy,papryka,kiwi	kanapka z połędwicą dr,ogórek,jabłko	grachamka z pasztetem,papryka,śliwka	kanapka z ser żółty,pomidor,jabłko
Obiad	Normalna	kapuśniak 400ml,k mielony z pieca 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,kotlet pożarski z indyka 110g,sałata wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zupa z soczewicy 400ml,gulasz węgierski 110g,sał z kap pekińskiej z papryką 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z mnakaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,dorsz z pieca 110g,sałata lodowa z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,klops wp na parze 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,pierś z indyka na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,gulasz gotowany 110g,sał z kap pekińskiej z papryką 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z mnakaronem 400ml,udko w potrawce 250g, brokuł na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,dorsz na parze 110g,sałata lodowa z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
	Lekkostrawna	koperkowa 400ml,klops wp na parze 110g,brukół na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml,pierś z indyka na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,gulasz gotowany 110g,kalafior na parze 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z mnakaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,dorsz na parze 110g,sałata lodowa z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)
Podwie		banan\cukrzyca jabłko	sok pomidorowy	jabłko	banan\cukrzyca jabłko	bułeczka rwaniec\cukrzyca jabłko
	Normalna	kielbasa gospodarcza z grila 100g,ogórek kiszony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k krakowska 60g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	połędwica z indyka 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g, pomidor 100g, masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k krakowska 60g, ogórek zielony 100g, masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g, maślanka , herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g, papryka 100g, masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, pomidor 100g, masło 15, pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	połędwica z indyka 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka soltysówka 60g, pomidor 100g, masło 15, pieczywo pszenne 100g, jogurt naturalny, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k krakowska 60g, ogórek zielony 100g, masło 15, pieczywo pszenne 100g, maślanka , herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g, papryka 100g, masło 15, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, pomidor 100g, masło 15, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	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	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