

	Diety	3.05.sobota	4.05.niedziela	5.05.poniedziałek	6.05.wtorek	7.05.środa
I śniadanie	Normalna	k manna na ml 350ml,indyk faszerowany 40g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,ser biały 100g,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,twarożek ze szczypiorem 100g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,indyk faszerowany 40g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,ogórek zielony 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,k szynkowa 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,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	k manna na ml 350ml,indyk faszerowany 40g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,ser biały 100g,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,twarożek z koperkiem 100g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
II śniadanie		bułka z jajkiem,rzodkiewka,jabłko	kanapka z ser żółty,papryka,kiwi	kanapka z polędwica,sałata,śliwka	kanapka z ser kanapkowy,papryka,jabłko	bułka z schab pieczony,ogórek,jabłko
Obiad	Normalna	pomidorowa z makaronem 400ml,schab pieczony 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml,k mielony z pieca 110g,buraczki 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,befszytk wp z pieca 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkowa 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur z kap czerwonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabieleny 400ml,karczek z grilla 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	pomidorowa z makaronem 400ml,schab na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 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,befszytk wp na parze 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,schab na parze 110g,brokół na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabieleny 400ml,klops na parze 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	pomidorowa z makaronem 400ml,schab na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 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,befszytk wp na parze 110g,sał z ogórka kiszzonego 150g,k jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,schab na parze 110g,brokół na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz czerwony zabieleny 400ml,klops na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczer		jabłko	sok pomidorowy	bułeczka rwaniec\cukrzyca jabłko	banan\cukrzyca jabłko	śliwka
	Normalna	szynka z beczki 60g,papryka 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)	polędwica z indyka 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	polędwica sopocka 60g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)

<b>Kolacja</b>	<b>Cukrzyca</b>	szynka z beczki 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,pomidor100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	<b>Lekkostrawna</b>	szynka z beczki 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,pomidor100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,pomidorki koktajlowe 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,papryka 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
<b>Posilek</b>	<b>Cukrzyca</b>	jajko gotowane,masło 5g,pieczywo razowe	serek wiejski 150g,masło 5g,pieczywo razowe	indy w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe	ser biały 100g,masło 5g,pieczywo razowe	jajko gotowane,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,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\archaidowe
- 10.soja i produkty pochodne
- 11.sezam
- 12.łubin
- 13.mięczaki
- 14.skorupiaki

opracowała Renata Seremak

	DIETY	8.05.czwartek	9.05.piątek	10.05.sobota	11.05.niedziela	12.05.poniedziałek
I śniadanie	Normalna	zacierkowa 350ml,szynka konserwowa 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pl jęczmienne na ml 350ml,k krakowska 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pl ryżowe na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,poledwica sopocka 40g,ogórek kiszony100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,szynka konserwowa 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,poledwica sopocka 40g,ogórek kiszony100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	zacierkowa 350ml,szynka konserwowa 40g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pl jęczmienne na ml 350ml,k krakowska 40g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pl ryżowe na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor koktajlowy100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,poledwica sopocka 40g,ogórek kiszony100g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z ser topiony,salata,śliwka	bułka z jajkiem,pomidor,jabłko	kanapka z paszтетem,papryka,kiwi	kanapka z schab pieczony,salata,śliwka	bułka z ser żółty,papryka,kiwi
Obiad	Normalna	ogórkowa 400ml,sznyceł z indyka z pieca 110g,salata wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	fasolowa 400ml, makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,gulasz wp 110g,salata lodowa z jogurtem 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,schab pieczony 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak lubelski 400ml,k mielony z pieca 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,salata wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml, makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,gulasz wp 110g,salata lodowa z jogurtem 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,schab na parze 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	koperkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,salata wiosenna 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml, makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,gulasz wp 110g,salata lodowa z jogurtem 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	brokułowa 400ml,schab na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,klops na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczer		banan\cukrzyca jabłko	jabłko	sok pomidorowy	banan\cukrzyca jabłko	bułeczka z budyniem\cukrzyca jabłko
	Normalna	paszтет 80g,papryka100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,pomidor 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,4)	schab pieczony 60g,ogórek zielony100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	szynka z becuki 60g,papryka100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,serek naturalny,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,ogórek zielony 100g,masło 15,pieczywo mieszane 50g+pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną(1,2,3,5,10)

<b>Kolacja</b>	<b>Cukrzyca</b>	połędwica z indyka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasta z dorsza piezonego 100g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,4)	schab pieczony 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	<b>Lekkostrawna</b>	połędwica z indyka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasta z dorsza piezonego 100g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,4)	schab pieczony 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
<b>Posiłek</b>	<b>Cukrzyca</b>	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	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