

	Diety	8.04.poniedziałek	9.04.wtorek	10.04.środa	11.04.czwartek	12.04.piątek
I śniadanie	Normalna	płatki 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)	płatki ryżowe na ml 350ml, pierś dr gotowana 40g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml, twarożek ze szczypiorem 100g, rzodkiewka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmieńne na ml 350ml, szynka jubileuszowa 40g, ogórek zielony 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, rukola 10g, pomidorki koktajlowe 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml, ser biały 100g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, pierś dr gotowana 40g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, twarożek ze szczypiorem 100g, rzodkiewka 50g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, szynka jubileuszowa 40g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml, serek wiejski 150g, rukola 10g, pomidorki koktajlowe 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna wątroby	płatki owsiane na ml 350ml, ser biały 100g, dżem 30g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml, pierś dr gotowana 40g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml, twarożek ze szczypiorem 100g, rzodkiewka 50g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki jęczmieńne na ml 350ml, szynka jubileuszowa 40g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml, serek wiejski 150g, rukola 10g, pomidorki koktajlowe 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z jajkiem, papryka, ogórek, jabłko	kanapka z szynką, rzodkiewka, sałata, jabłko	kanapka z polędwicą, pomidor, papryka, kiwi	kanapka z ser topionym, pomidor, sałata, marendarynka	kanapka z ser kanapkowym, rzodkiewka, papryka, kiwi
Obiad	Normalna	szczawiowa z jajkiem 400ml, kotlet pożyński z indyka 110g, sur coleslaw 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml, karczek pieczony 110g, sałatka wiosenna 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak 400ml, befsztyk wp z pieca 110g, sał z ogórka w sosie koperkowym 150g, kasza pęczak 80g, kompot(1,2,3,6,7)	pieczarkowa 400ml, udko pieczone 250g, sur coleslaw 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	fasolowa 400ml, kotlet z jaj 110g, sur z marchwi ,pora i chrzanu 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	koperkowa 400ml, klops z indyka 110g, sur coleslaw 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml, schab gotowany 110g, sałatka wiosenna 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml, befsztyk wp z pieca 110g, sał z ogórka w sosie koperkowym 150g, kasza pęczak 80g, kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml, udko w potrawce 250g, sałata zielona z jogurtem 130g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, dorsz na parze 110g, brokuł na parze 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,4,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	koperkowa 400ml, klops z indyka 110g, marchewka got 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml, schab gotowany 110g, sałatka wiosenna 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml, befsztyk wp z pieca 110g, kalafior na parze 150g, kasza pęczak 80g, kompot(1,2,3,6,7)	grycikowa 400ml, udko w potrawce 250g, sałata zielona z jogurtem 130g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml, dorsz na parze 110g, brokuł na parze 150g, ziemniaki 300g, kompot(1,2,3,4,6,7)
Podwieczorek		jabłko	banan\cukrzyca sok pomidorowy	gruszka	banan\cukrzyca jabłko	bułeczka dr.rwaniec\cukrzyca sok pomidorowy
	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 gospodarzka grillowana 100g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek danio, 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)	schab pieczony 60g, pomidor koktajlowy 100g, rukola 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasta z ryby wędzonej 100g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,4)

<b>Kolacja</b>	<b>Cukrzyca</b>	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, pomidor 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)	schab pieczony 60g, pomidor koktajlowy 100g, rukola 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	<b>Lekkostrawna wątroby</b>	szynka konserwowa 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek danio, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka z beczki 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, pomidor koktajlowy 100g, rukola 30g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka gotowana 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
<b>Posiłek</b>	<b>Cukrzyca</b>	połędwica sopocka 40g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko gotowane, 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, ork)
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	13.04.sobota	14.04.niedziela	15.04.poniedziałek	16.04.wtorek	17.04.środa
I śniadanie	Normalna	k manna na ml 350mlk szynkowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,k krakowska 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki 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)	ryż na ml 350ml,pierś z indyka 40g,pomidorki 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350mlk szynkowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,pierś z indyka 40g,pomidorki 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	Letkostrawna wątroby	k manna na ml 350mlk szynkowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,k krakowska 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	płatki owsiane na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,pierś z indyka 40g,pomidorki 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	kanapka z szynką,rzodkiewką,sałatą, jajkiem,ogórkiem,kiwi	kanapka z jajkiem,papryką,ogórkiem, sałatą,kiwi	kanapka z ser topionym,rzodkiewką,papryką, kiwi	kanapka z połowicą,pomidorem,papryką, kiwi	kanapka z ser żółtym,rzodkiewką,papryką, kiwi
Obiad	Normalna	ryżanka z koperkiem 400ml,k mielony z pieca 110g,sur z kap kiszanej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,sałata zielona z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak lubelski 400ml,k schabowy z pieca 110g,sałata z ogórka papryki i cebuli 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	ogórkowa 400ml,gulasz węgierski 110g,sur z kap pekińskiej 150g,kasza gryczana 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,gołąbki po gorlicku w sosie pomidorowym 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	ryżanka z koperkiem 400ml,pulpet na parze 110g,sur z kap kiszanej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,sałata zielona z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab gotowany 110g,sałata z ogórka papryki i cebuli 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,gulasz węgierski 110g,sur z kap pekińskiej 150g,kasza gryczana 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna wątroby	ryżanka z koperkiem 400ml,pulpet na parze 110g,marchewka 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,sałata zielona z jogurtem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,schab gotowany 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kartoflanka 400ml,gulasz węgierski 110g,marchewka got 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczerek	Dzieci	jabłko	kiwi	bułeczka dr serem\ cukrzyca sok pomidorowy	banan\ cukrzyca jabłko	gruszka
	Normalna	szynka gotowana 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połowica sopocka 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	2 jajka gotowane, pomidor koktajlowy 100g,rukola 10g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	pasztet wp 80g,ogórek kiszony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)

<b>Kolacja</b>	<b>Cukrzyca</b>	szynka gotowana 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połudwica sopocka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	2 jajka gotowane, pomidor koktajlowy 100g, rukola 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połudwica sopocka 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
	<b>Lekkostrawna wątroby</b>	szynka gotowana 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połudwica sopocka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	2 jajka gotowane, pomidor koktajlowy 100g, rukola 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)	połudwica sopocka 60g, ogórek kiszony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10)
<b>Posiłek</b>	<b>Cukrzyca</b>	jajko gotowane, masło 5g, pieczywo razowe	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	połudwica sopocka 40g, masło 5g, pieczywo razowe	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe

kuchnia zastrzeżona

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 / archidowe
10. soja i produkty pochodne
11. sezam
12. łubin
13. mięczaki
14. skorupiaki

opracowała Renata Seremak