

	Diety	23.05.piątek	24.05.sobota	25.05.niedziela	26.05.poniedziałek	27.05.wtorek
I śniadanie	Normalna	pł jęczmienne na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka z becзки 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,ser biały 100g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z becзки 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,ser biały 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł jęczmienne na ml 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	makaron na ml 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka z becзки 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,ser biały 100g,powidła 30g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,2 jajka gotowane,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		bułka z ser żółty,ogórek kiszony,mandarynka	kanapka z pasztetem,papryka, kiwi	kanapka z k krakowską,papryka,ogórek,jabłko	bułka z szynką,pomidor,jabłko	kanapka z ser kanankowy,papryka, kiwi
Obiad	Normalna	łazankowa 400ml,kotlet z jaj 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,befszytk wp z pieca 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,schab pieczony 110g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kapuśniak 400ml,sznicel z indyka z pieca 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grochowa 400ml,karczek z grila 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	łazankowa 400ml,dorsz na parze110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,befszytk wp na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,schab pieczony 110g,brukul na parze150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pierś z indyka na parze110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml,klops na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	łazankowa 400ml,dorsz na parze110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	kalafiorowa 400ml,befszytk wp na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,kasza bulgur 80g,kompot(1,2,3,6,7)	zacierkowa 400ml,schab pieczony 110g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pierś z indyka na parze110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml,klops na parze 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwieczorek		arbuz	jabłko	banan\cukrzyca jabłko	pączek \cukrzyca jabłko	banan\cukrzyca jabłko
	Normalna	pasta z dorsza pieczonego 100g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)	polędwica sopocka 60g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	polędwica z indyka 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	pasta z dorsza piezonego 100g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)	połędwica sopocka 60g, pomidor koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, pomidor koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pasta z dorsza piezonego 100g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)	połędwica sopocka 60g, pomidor koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica z indyka 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, pomidor koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka sołtysówka 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	ser biały 100g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko gotowane, 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) | 9. orzechy ziemne \ archaidowe |
| 2. białka mleka krowiego / produkty pochodzące łącznie z laktozą | 10. soja i produkty pochodne |
| 3. jaja i produkty pochodne | 11. sezam |
| 4. ryby i produkty pochodne | 12. łubin |
| 5. dwutlenek siarki i siarczany (E220-228) | 13. mięczaki |
| 6. gorczyca i produkty pochodne | 14. skorupiaki |
| 7. seler | |
| 8. orzechy | |

opracowała Renata Seremak

	DIETY	28.05.środa	29.05.czwartek	30.05.piątek	31.05.sobota	1.06.niedziela
I śniadanie	Normalna	pł owsiane na ml 350ml,k krakowska 40g,rzodkiewka 50g,rukola 5g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka gotowana 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,ser żółty 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,rzodkiewka 50g,rukola 5g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka gotowana 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,półdewica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	pł owsiane na ml 350ml,k krakowska 40g,rzodkiewka 50g,rukola 5g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	zacierki na ml 350ml,szynka gotowana 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,serek wiejski 150g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł jęczmienne 350ml,szynka konserwowa 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pł ryżowe na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie	Dzieci	kanapka z szynka,papryka,ogórek,ja błko	bułka z ser żółty,ogórek kiszony,mandarynka	kanapka z jajkiem,papryka,ogórek,ja błko	bułka z ser topiony,pomidor,jabłko	kanapka z szynką,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	szczawiowa 400ml,kotlet pożarski z pieca 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,k mielony z pieca 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml, makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,salata lodowa 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	grysikowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,klops na parze 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml, makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,salata lodowa 150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	grysikowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,brokuł na parze150g,ryż 80g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,klops na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	barszcz ukraiński 400ml, makaron zapiekany z serem i jabłkiem 250g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,salata lodowa 150g,ryż 80g,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)
Podwieczorek	Dzieci	arbuz	banan\cukrzyca jabłko	bułeczka rwaniec\cukrzyca sok	jabłko	banan\cukrzyca jabłko
	Normalna	półdewica sopocka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	polędwica sopocka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, pomidor koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	polędwica sopocka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	filet z indyka faszerowany 60g, ogórek zielony 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k szynkowa 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g, pomidor koktajlowy 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
Posiłek	Cukrzyca	serek wiejski 150g, masło 5g, pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g, masło 5g, pieczywo razowe	szynka 40g, masło 5g, pieczywo razowe	jajko gotowane, 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) | 9. orzechy ziemne \ archaidowe |
| 2. białka mleka krowiego / produkty pochodzące łącznie z laktozą | 10. soja i produkty pochodne |
| 3. jaja i produkty pochodne | 11. sezam |
| 4. ryby i produkty pochodne | 12. łubin |
| 5. dwutlenek siarki i siarczany (E220-228) | 13. mięczaki |
| 6. gorczyca i produkty pochodne | 14. skorupiaki |
| 7. seler | |
| 8. orzechy | |

opracowała Renata Seremak