

	Diety	12.06.czwartek	13.06.piątek	14.06.sobota	15.06.niedziela	16.06.poniedziałek
I śniadanie	Normalna	k manna na ml 350ml,k szynkowa 40g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płat owsiane 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 soltysówka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płat ryżowe na ml 350ml,półdewica sopocka 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 beczki 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,rzodkiew 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 soltysówka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,półdewica sopocka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	k manna na ml 350ml,k szynkowa 40g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płat owsiane 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 soltysówka 40g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	płat ryżowe na ml 350ml,półdewica sopocka 40g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek zielony 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 szynka,papryka,ogórek,jabłko	kanapka z szynka,papryka,ogórek,jabłko	kanapka z ser kanarkowy,ogórek, kiwi	bułka z jajkiem,pomidor,jabłko
Obiad	Normalna	żurek z jajkiem i kielbasą 400ml,k schabowy z pieca 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,kotlet z jaj 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp 110g,sał z ogórka małosolnego 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,k mielony z pieca 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	ogórkowa 400ml,karczek z grila 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	kartoflanka 400ml,schab na parze 110g,sur colesław 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,dorsz na parze 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp gotowany 110g,sał z ogórka małosolnego 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,pulpet na parze 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	kartoflanka 400ml,schab na parze 110g,brukul na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	krupnik 400ml,dorsz na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	koperkowa 400ml,gulasz wp gotowany 110g,sał z ogórka małosolnego 150g,kasza jęczmienna 80g,kompot(1,2,3,6,7)	łazankowa 400ml,pulpet na parze 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	koperkowa 400ml,pierś z indyka na parze 110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwiecz		jabłko	brzoskwinia	banan\cukrzyca jabłko	arbuz	bułeczka z jabłkiem\cukrzyca sok pomidorowy
	Normalna	półdewica z indyka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)	k krakowska podsuszana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,ogórek małosolny 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasztet 80g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	polędwica z indyka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)	k krakowska podsuszana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,ogórek małosolny100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pierś dr gotowana 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	polędwica z indyka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pasta z dorsza pieczonego 100g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,4)	k krakowska podsuszana 60g,papryka 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,ogórek małosolny100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	pierś dr gotowana 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
Posiłek nr	Cukrzyca	ser biały 100g,masło 5g,pieczywo razowe	ser biały 100g,masło 5g,pieczywo razowe	ser biały 100g,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,kamut)
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	17.06.wtorek	18.06.środa	BC 19.06.czwartek	20.06.piątek	21.06.sobota
I śniadanie	Normalna	zacierki na ml350ml,2 jajka gotowane,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,tworożek ze szczypiorem 100g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka z beczki 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	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,k krakowska 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Cukrzyca	kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,pomidor100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,tworożek ze szczypiorem 100g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,szynka z beczki 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,dżem 30g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	zacierki na ml350ml,2 jajka gotowane,pomidor100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	ryż na ml 350ml,tworożek z natką 100g,rzodkiew 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	k manna na ml 350ml,szynka z beczki 40g,papryka100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	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,k krakowska 40g,ogórek zielony 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
II śniadanie		kanapka z ser kanankowy,papryka, kiwi	bułka z pasztetem,ogórek kiszony,śliwka	kanapka z ser topiony,papryka,ogórek,jabłko	bułka z jajkiem,pomidor,jabłko	kanapka z schab pieczony,papryka,jabłko
Obiad	Normalna	barszcz ukraiński 400ml,kotlet pożarski z pieca 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	fasolowa 400ml, k schabowy z pieca 110g,sur z kapusty z selerem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z mamaronem 400ml ,udko w potrawce 250g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml, dorsz pieczony 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	ryżanka 400ml,k mielony z pieca 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Cukrzyca	barszcz ukraiński 400ml,klops z indyka na parze 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml,schab na parze110g,sur z kapusty z selerem 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z mamaronem 400ml ,udko w potrawce 250g,brokuł na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml, dorsz na parze 110g,sur z kap kiszonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	ryżanka 400ml,rolada wp na parze 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
	Lekkostrawna	barszcz ukraiński 400ml,klops z indyka na parze 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	grysikowa 400ml,schab na parze110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	rosół z mamaronem 400ml ,udko w potrawce 250g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)	jarzynowa 400ml, dorsz na parze 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7)	ryżanka 400ml,rolada wp na parze 110g,sałata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7)
Podwiecz		banan\cukrzyca jabłko	brzoskwinia	arbuz	banan\cukrzyca jabłko	sok pomidorowy
	Normalna	k szynkowa 60g,ogórek małosolny100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)

Kolacja	Cukrzyca	k szynkowa 60g,ogórek małosolny100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo mieszane 50g +pieczywo razowe 50g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
	Lekkostrawna	k szynkowa 60g,ogórek małosolny100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	połędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	szynka konserwowa 60g,papryka100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,serek naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)	schab pieczony 60g,pomidor koktajlowy 100g,masło 15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt naturalny ,herbata z cytryną (1,2,3,5,10)
Posiłek nr	Cukrzyca	serek wiejski 150g,masło 5g,pieczywo razowe	indyk w galarecie 40g,masło 5g,pieczywo razowe	ser biały 100g,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,kamut)
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