

Dieta		21.12 czwartek	22.12 piątek	23.12 sobota	24.12 niedziela	25.12 poniedziałek	26.12 wtorek	27.12 środa	28.12 czwartek	29.12 piątek	30.12 sobota	31.12 niedziela
Podstawowa												
I śniadanie	Kasza manna na mleku 350ml, szynka wójta 40g, dżem 25g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Płatki owsiane na mleku 350ml, szynka włoska 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE ,	kawa na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, pasta warzywna 40g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE , SEL	kakao na mleku 350ml, ser żółty 50g, miód 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE , SEL	Kakao na mleku 350ml, szynka wójta 50g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, ciasto domowe 50g, pieczywo mieszane 100g, HERBATA A:GLU PSZ, MLE, JAJ	Płatki kukurydziane na mleku 350ml, szynka galic 40g, ser biały 40g, miód 25g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, ciasto dom 50g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:A:GLU PSZ, MLE , JAJ	Płatki jęczmienne na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, ogórek 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Płatki ryżowe na mleku 350ml, szynka wójta 40g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Makaron na mleku 350ml, ser żółty 40g, papryka 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE	kawa na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, ogórek 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU, PSZ MLE,	kakao na mleku 350ml, polewka sopočka 40g, ser żółty 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU, PSZ MLE,	
II śniadanie	bułka z twarożkiem ziołowym A:GLU PSZ, MLE	bułka ze schabem słowiańskim A:GLU PSZ, MLE	pieczywo razowe z szynką wiejską A:GLU PSZ,	bułka z pastą warzywną A:GLU PSZ, SEL	bułka z szynką włoską A:GLU PSZ,	bułka ze schabem pieczonym w ziołach A:GLU PSZ,	bułka z pastą warzywną A:GLU PSZ, SEL	bułka z twarożkiem z koperkiem A:GLU PSZ, MLE	bułka z twarożkiem z koperkiem A:GLU PSZ, MLE	bułka ze schabem w ziołach A:GLU PSZ,	bułka z twarożkiem ze szpinakiem A: GLU, PSZ, MLE	
Obiad II	Zupa zacierkowa 400ml, gulasz drobiowy 140g, ryż 170g, surówka z kiszzonej kapusty 120g, kompot A:GLU PSZ SEL JAJ	Zupa selerowa 400ml, kotlet ziemniaczany 100g, sos pieczarkowy 50g, makaron 170g, marchewka gotowana 120g, kompotA:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Zupa ogórkowa 400ml, pulpety wieprzowe 90g, sos pomidorowy 50g, kasza jęczmienna 170g, surówka z pekinki z koperkiem 120g, kompotA:GLU PSZ SEL MLE JAJ	Barszcz czerwony z łazankami 400ml, filet rybny panierowany pieczony 100g, sur z kapusty włoskiej 120g, ziemniaki 170g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL RYB	rosół z makaronem 400ml, szynka pieczona 90g, sos jasny 50g, ziemniaki 170g, buraczki 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE JAJ	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, roladka schabowa 90g, sos brokułowy 50g, kasza gryczana 170g, surówka francuska 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	Krupnik z zieleńią 400ml, sos boloński 140g, makaron 170g, surówka z białej kapusty z koperkiem 120g, kompot A:GLU PSZ SEL JAJ	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml, klops wieprzowy 90g, koperkowy 50g, kasza jęczmienna 170g, sur z pekinki 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE, RYB	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, filet rybny panierowany pieczony 100g, surówka z kiszzonej kapusty 120g, ziemniaki 170g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE RYB	Zupa jarzynowa 400ml, kotlet mielony 90g, ziemniaki 170g, buraczki 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Zupa ziemniaczana z zieleńią 400ml, sztuka mięsa 90g, sos piezeniowy 50g, kasza jęczm 170g, surówka coleslaw 120g, kompot A:GLU PSZ SEL JAJ	
podwieczorek	maślanka truskawkowa A:MLE	jogurt naturalnyA:MLE	kisiel	budyń A:JAJ, MLE	mandarynka	jogurt naturalnyA:MLE	serek homogenizowanyA:MLE	kisiel	kefir A:MLE	jogurt naturalnyA:MLE	jogurt naturalnyA:MLE	
kolacja	Schab w ziołach 40g, serek topiony 30g, ogórek 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE	twaróg biały 90g, miód 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Jajko gotowane 2szt, ogórek kiszony 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbataA:GLU PSZ, MLE, JAJ	ryba po grecku 50g, śledzie w oleju 50g, kapusta wigilijna 50g, sałatka jarzynowa 70g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE JAJ, RYB, GORCZYCA	Schab słowiański 40g, dżem 30g, pomidor 40g, masło 15g, ciasto 50g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE, JAJ	Polewka sopočka 40g, jajko gotowane 1 szt, ogórek 40g, masło 15g, ciasto 50g, pieczywo mieszane 100g, herbataA:GLU PSZ, MLE, JAJ	Pierś wędzona z indyka 40g, twarożek 30g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE,	Schab słowiański 40g, twarożek z suszonymi pomidorami 30g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Szynka galicyjska 40g, serek topiony 30g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE,	Twaróg 60g, hummus ze szpinakiem 30g, dżem 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Pierś wędzona z indyka 40g, dżem 30g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:GLU PSZ, MLE	
		Srednia wartość energetyczna i odżywcza:	Energia:~2500 kcal	Białko:~110g	Tłuszcze: ~70 g	Węglowodany:~300g	Błonnik:~30g					

Oznaczenia wpisane obok poszczególny ów oznaczają zawarte w nich alergeny, zgodnie z informacją o alergenach wywieszoną obok jałospisów

Jałospis może ulegać zmianie w zależności od dostępu produktów na rynku

	DIETY	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek	Środa
I śniadanie	Normalna	kasza manna na ml 350ml, kielbasa szynkowa 40g, ogórek 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl jęczmienne na ml 350ml, kielbasa kanapkowa 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl jaglane na ml 350ml, luncheonmeat król. 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)
	a Wątrobow	kasza manna na ml 350ml, kielbasa szynkowa 40g, ogórek 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl jęczmienne na ml 350ml, kielbasa kanapkowa 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl jaglane na ml 350ml, luncheonmeat król. 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)
	Cukrzyca	kasza manna na ml 350ml, kielbasa szynkowa 40g, ogórek 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl jęczmienne na ml 350ml, kielbasa kanapkowa 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl jaglane na ml 350ml, luncheonmeat król. 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	pl ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna rośl. 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)
II śniadanie	dziewięć Cukrzy	kanapka z serem żółtym, pomidorem, dzieci+ marchewka	kanapka z kieł. szynkową i rzodkiewką, dzieci+jabłko	kanapka z kieł. szynkową i rzodkiewką, dzieci+jabłko	kanapka z serem żółtym, pomidorem, dzieci+ marchewka	kanapka z szynką i pomidorem, dzieci+jabłko
Obiad	Normalna	barszcz ukraiński, gulasz wieprzowy, sał. z ogórka kiszzonego i cebuli, kasza pieczona, kompot				
	a Wątrobow	jarzynowa dietetyczna, gulasz gotowany, szpinak, kasza a jęczmienna, kompot				
	Cukrzyca	jarzynowa dietetyczna, gulasz gotowany, sał. z ogórka kiszzonego i cebuli, kasza jęczmienna, kompot				
Podwieczorek	Dzieci	serek bakaś				
Kolacja	Normalna	pieczeń wiedeńska 50g, masło 10g, pieczywo 300g, herbata	schab w majeranku 50g, masło 10g, pieczywo 300g, herbata	ser biały 80g, masło 10g, pieczywo 300g, herbata	kielbasa szynkowa 50g, masło 10g, pieczywo 300g, herbata	schab w majeranku 50g, masło 10g, pieczywo 300g, herbata
	a Wątrobow	połędwica drobiowa 50g, masło 10g, bułka 300g, herbata	schab w majeranku 50g, masło 10g, bułka 300g, herbata	ser biały 80g, masło 10g, bułka 300g, herbata	kielbasa szynkowa 50g, masło 10g, bułka 300g, herbata	schab w majeranku 50g, masło 10g, bułka 300g, herbata
	Cukrzyca	połędwica drobiowa 50g, masło 10g, pieczywo mieszane 300g, herbata gorzka	schab w majeranku 50g, masło 10g, pieczywo razowe 300g, herbata gorzka	ser biały 80g, masło 10g, pieczywo razowe 300g, herbata gorzka	kielbasa szynkowa 50g, masło 10g, pieczywo 300g, herbata gorzka	schab w majeranku 50g, masło 10g, pieczywo razowe 300g, herbata gorzka
	Cukrzyca	jajko gotowane, masło 10g, pieczywo razowe 200g	szynka drobiowa 40g, masło 10g, pieczywo 200g	połędwica drobiowa 40g, masło 10g, pieczywo 200g	ser biały 70g, masło 10g, pieczywo 200g	szynka drobiowa 40g, masło 10g, pieczywo 200g