

Dieta Podstawowa	11.12 poniedziałek	12.12 wtorek	13.12 środa	14.12 czwartek	15.12 piątek	16.12 sobota	17.12 niedziela	18.12 poniedziałek	19.12 wtorek	20.12 środa
I śniadanie	Płatki jaglane na mleku 350ml, szynka galicyjska 30g, hummus z fasoli 30g, ogórek kiszony 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Płatki ryżowe na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, jajko gotowane 1 szt., pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE, JAJ	Zacierki na mleku 350 ml, schab pieczony w ziołach 40g, ser biały 30g, miód 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Płatki owsiane na mleku 350ml, pierś wędzona z indyka 40g, hummus 30g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Kasza manna na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, ser żółty 30g, ogórek kiszony 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	kawa na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, serek topiony 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:A:GLU PSZ, MLE	kakao na mleku 350ml, ser biały 50g, polędwica sopocka 30g, dżem 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Kaszka kukurydziana na mleku 350ml, szynka wójta 40g, jajko gotowane 1szt, pomidor 30g, sałaty 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Płatki jęczmienne na mleku 350ml, polędwica sopocka 40g, hummus z fasoli 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Płatki ryżowe na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, jajko 1szt, ogórek 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU, PSZ MLE,
II śniadanie	bułka z twarogiem ziołowym A:GLU PSZ, MLE	bułka z polędwicą sopocką A:GLU PSZ,	bułka z pastą kalafiorową A:GLU PSZ,	bułka z pieczonym schabem A:GLU PSZ,	bułka pastą warzywną A:GLU PSZ, SEL	bułka z twarogiem ziołowym A:GLU PSZ, MLE	bułka ze schabem pieczonym w ziołach A:GLU PSZ,	bułka pastą warzywną z dynią A:GLU PSZ, SEL	bułka z twarogiem z koperkiem A:GLU PSZ, MLE	bułka z pastą warzywną A:GLU PSZ, SEL
Obiad II	Zupa warzywna 400ml, schab duszony 100g, sos pieczeniowy 50g, ziemniaki 170g, sur z kapusty włoskiej 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, pieczeń z pietruszką 100g, sos jasny 50g, kasza jęczmienna 170g, surówka collesław 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Zupa grochowa 400ml, udko gotowane 140g, sos koperkowy 50g, ziemniaki 170g, fasolka szparagowa 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml, sos boloński 140g, makaron 170g, mini marchewka 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Zupa z zielonym groszkiem cukr i makaronem 400ml, filet rybny panier pieczony 100g, surówka z kiszonej kapusty 120g, ziemniaki 170g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE RYB	Zupa solferini 400ml, potrawka z kurczaka z marchewką 140g, ryż 170g, surówka collesław 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, schab pieczony 90g, sos pietruszkowy 50g, ziemniaki 170g, fasolka szparagowa 120g, kompot A:GLU PSZ SEL JAJ MLE	Barszcz biały 400ml, bitka wieprzowa 90g, sos pieczeniowy 50g, kasza gryczana 170g, surówka z kiszonej kapusty 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE,	Zupa kapuśniak 400ml, makaron 170g, twaróg biały 90g z prażonym jabłkiem 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Zupa jarzynowa 400ml, kottlet mielony 90g, ziemniaki 170g, buraczki 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE
podwieczorek	Pomarańcza	maślanka truskawkowa A:MLE	kisiel	budyń A:JAJ, MLE	jabłko	ogurt naturalny A:MLE	serek homogenizowany A:MLE	kisiel	owoc	jogurt naturalny A:MLE
kolacja	szynka wiejska 40g, dżem 25g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Pierś wędzona z indyka 40g, twaróg ziołowy 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Szynka wiejska 40g, pasta warzywna 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Szynka galicyjska 40g, twaróg ziołowy 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Schab słowiański 40g, jajko gotowane 1szt, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE, JAJ	Polędwica sopocka 40g, sałatka jarzynowa 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE SEL JAJ	Pierś wędzona z indyka 40g, hummus z prażonym słonecznikiem 30g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE,	Schab słowiański 40g, ser żółty 30g, ogórek 30g, sałaty 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Szynka galicyjska 40g, sałatka z ryżem i warzywami 90g, sałaty 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE,	Twaróg 60g, szynka galicyjska 30g, dżem 30g, sałaty 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE
		Srednia wartość energetyczna i odżywcza:	Energia:2125 kcal	Białko:106g	Tłuszcze: 70 g	Węglowodany:256g	Błonnik:26g			

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

Jadalospis 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)	płatki jęczmienne na ml 350ml, kielbasa kanapkowa 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	płatki ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	płatki jaglane na ml 350ml, luncheonmeat król. 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	płatki ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)
	Wątrobow	kasza manna na ml 350ml, kielbasa szynkowa 40g, ogórek 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	płatki jęczmienne na ml 350ml, kielbasa kanapkowa 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	płatki ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	płatki jaglane na ml 350ml, luncheonmeat król. 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	płatki ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 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)	płatki jęczmienne na ml 350ml, kielbasa kanapkowa 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	płatki ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	płatki jaglane na ml 350ml, luncheonmeat król. 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)	płatki ryżowe na ml 350ml, szynka kons.dr 40g, pomidor 30g, margaryna roślinna 15g, pieczywo mieszane 200g, herbata (1,7)
II śniadanie	Dzieci Cukrzyca	kanapka z serem żółtym, pomidorem, dzieci+ marchewka	kanapka z kielbaską szynkową i rzodkiewką, dzieci+jabłko	kanapka z kielbaską 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				
	Wątrobow	jarzynowa dietetyczna, gulasz gotowany, szpinak, kasza 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
	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