

Dieta Podstawowa		01.12 piątek	02.12 sobota	03.12 niedziela	04.12 poniedziałek	05.12 wtorek	06.12 środa	07.12 czwartek	08.12 piątek	09.12 sobota	10.12 niedziela
I śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350ml, jajka gotowane 1szt, szynka galicyjska 30g, sałata 10g, pomidor 40g, margaryna 15g, pieczywo mieszane, herbata A:GLU PSZ, MLE ,JAJ	kawa na mleku 350ml, szynkafirmowa 40g, ser żółty 30g, ogórek 30g, sałata 10g, masło15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Kakao. na mleku 350ml, schab słowiński 40g, hummus z suszonymi pomidorami 30g, pomidor 40g,sałata 10g masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	makaron na mleku 350ml, szynka woska 40g, miód 25g, sałata 10g, pomidor 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Kasza manna na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, jajko gotowane 1 szt., ogórek kiszony 30g, sałata 10g,masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE ,JAJ	Płatki ryżowe na mleku 350ml, schab słowiński 40g, serek topiony 30g, ogórek 40g, sałata 10g,masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:A:GLU PSZ, MLE	Płatki jaglane na mleku 350ml, ser żółty 50g, szynka galicyjska 30g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Płatki jęczmienne na mleku 350ml, twaróg 90g, dżem 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	kawa na mleku 350ml, szynka wójta 40g, humus ze szpinakiem 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Kasza kukurydziana na mleku 350ml, pierś wędzona z indyka 40g, ogórek 40g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU, PSZ MLE,	
II śniadanie	bułka z pastą warzywną A:GLU PSZ, SEL	bułka z twaróżkiem ziołowym A:GLU PSZ, MLE	bułka z szynką wójtaA:GLU PSZ,	bułka z piecią z wędzonego indyka A:GLU PSZ,	bułka z twaróżkiem koperkowym A:GLU PSZ,MLE	bułka z poledwicą sopocką A:GLU PSZ,	bułka ze schabem pieczonym w ziołach A:GLU PSZ,	bułka pastą warzywną A:GLU PSZ, SEL	bułka z twaróżkiem z koperkiem A:GLU PSZ, MLE	bułka z szynką firmową A:GLU PSZ	
Obiad II	Zupa zacierkowa 400ml, filet rybny panierowany pieczony 100g, surówka z kiszzonej kapusty 120g, ziemniaki 200g, kompot A:GLU PSZ SEL RYB MLE JAJ	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, udko pieczone 140g, kopytka 170g, surówka collesław 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Zupa solferino 400ml,kotlet schabowy 90g, ziemniaki 170g, buraczki 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Zupa jarzynowa 400ml, pieczeń rzymska 90g, sos koperkow 50g, kasza jęczmienna 170g, surówka z pekinki z olejem 120g, kompot:A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Zupa fasolowa 400ml, pierogi z mięsem i soczewicą 200g, sos cebulowy 50g, surówka francuska 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Zupa ogórkowa 400ml, bitka wieprzowa 90g, ziemniaki 170g, fasolka szparagowa 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Zupa z zielonych warzyw 400ml, potrawka z kurczaka 140g, surówka z kiszzonego ogórka 120g, ryż 170g, kompot A:GLU PSZ SEL JAJ MLE	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, filet rybny panierowany pieczony 100g, surówka z czerwonej kapusty 120g, ziemniaki 170g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE, JAJ	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml, gulasz wieprzowy 140g, kasza gnczana 200g, surówka collesław 120g, kompotA:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Krupnik z zielenią 400ml, kotlet mielony 100g, ziemniaki 170g, buraczki 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	
podwieczorek	koktajl mleczno-owocowy A:MLE	kisiel	maślanka truskawkowa A:MLE	budyń A:JAJ, MLE	jabłko	ogurt naturalnyA:MLE	serek homogenizowanyA:MLE	budyń A:JAJ, MLE	kefir A:MLE	jogurt naturalnyA:MLE	
kolacja	ser biały 90g, hummus z sezamem 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Pierś wędzona z indyka 40g, ser żółty 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Poledwica sopocka 40g, twaróg biały 50g, papryka 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	ser żółty 50g, schab pieczony w ziołach 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Szynka w wójta 40g, pasta warzywna 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE, SEL	twaróg biały 50g, schab pieczony w ziołach 40g, dżem 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Pierś wędzona z indyka 40g, serek topiony 30g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE, SEL	Jajko gotowane 2 szt, twarówek ziołowy 40g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszaneA:GLU PSZ, MLE , JAJ	Poledwica sopocka 40g, serek topiony 30g, ogórek kiszony 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane150g, herbata A:GLU PSZ, MLE,	Ser biały 40g, schab słowiński 40g, miód 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	
		Srednia wartość energetyczna i odżywcza:	Energia:2351 kcal	Białko:121,8g	Tłuszcze: 63 g	Węglowodany:315g	Błonnik:26,6g				

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

Jadłospis 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	z dzieci Cukrzy	kanapka z serem żółtymi pomidorem, dzieci+ marchewka	kanapka z kiel.szynkową i rzodkiewką, dzieci+jabłko	kanapka z kiel.szynkową i rzodkiewką, dzieci+jabłko	kanapka z serem żółtymi pomidorem, dzieci+ marchewka	kanapka z szynką i pomidorem dzieci+jabłko
Obiad	Normalna	barszcz ukraiński,gulasz wieprzowy,sal.z ogórka kiszzonego i cebuli,kasza gruczana kompot				
	a Wątrobow	jarzynowa dietetyczna,gulasz gotowany,szpinak,kasza jęczmienna,kompot				
	Cukrzyca	jarzynowa dietetyczna,gulasz gotowany,sal.z ogórka kiszzonego i cebuli,kasza jęczmienna kompot				
Podwieczorek	Dzieci	serek bakuś				
Kolacja	Normalna	pieczeń wiedeńska50g, masło10g, pieczywo300g,herbata	schab w majeranku50g masło10g pieczywo300g,herbata	ser biały80g masło10g pieczywo300g,herbata	kielbasa szynkowa50g, masło10g, pieczywo300g, herbata	schab w majeranku50g masło10g pieczywo300g,herbata
	a Wątrobow	połędwica drobiowa50g,masło10g bułka300g,herbata	schab w majeranku50g masło10g bułka300g,herbata	ser biały80g,masło10g, bułka300g,herbata	kielbasa szynkowa50g, masło10g,bułka300g, herbata	schab w majeranku50g masło10g bułka300g,herbata
	Cukrzyca	połędwica drobiowa50g,masło10g pieczywo mieszane300g,herbata gorzka	schab w majeranku50g,masło10g,pieczywo razowe300g,herbata gorzka	ser biały80g,masło10g, pieczywo razowe300g,herbata gorzka	kielbasa szynkowa50g, masło10g, pieczywo300g, herbata gorzka	schab w majeranku50g,masło10g,pieczywo razowe300g,herbata gorzka
	Cukrzyca	jajko gotowane masło10g pieczywo razowe200g	szynka drobiowa40g,masło10g pieczywo200g	połędwica drobiowa40g,masło10g pieczywo200g	ser biały70g,masło10g pieczywo200g	szynka drobiowa40g,masło10g pieczywo200g