

Dieta		01.01 poniedziałek	02.01 wtorek	03.01 środa	04.01 czwartek	05.01 piątek	06.01 sobota	07.01 niedziela	08.01 poniedziałek	09.01 wtorek	10.01 środa	
Podstawowa												
I śniadanie	kawa na ml 350ml, kielbasa szynkowa 40g, ogórek kiszony 30g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	zacierki na mleku 350ml, pasta kanapkowa z wędzonką 50g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	kasza manna na ml 350ml, szynka firmowa 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	placki ryżowe na mleku 350ml, szynka włoska 40g, dżem 25g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	placki owsiane na mleku 350ml, pasta serowa jajeczna 60g, ogórek kiszony 120g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE, JAJ	kawa na ml 350ml, szynka drobiowa 40g, ogórek 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	kakao na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	placki jęczmienne na mleku 350ml, kielbasa szynkowa 40g, ogórek kiszony 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	kasza manna na mleku 400ml, szynka wójtka 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	placki ryżowe na mleku 400ml, kielbasa drobiowa 40g, ogórek 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE		
II śniadanie	bułka z twarożkiem ziołowym A:GLU PSZ, MLE	bułka z pastą warzywną A:GLU PSZ, SEL	bułka z kielbasą kanapkową A:GLU PSZ, MLE	bułka z pastą warzywną A:GLU PSZ, SEL	bułka z twarożkiem koperkowym A:GLU PSZ, MLE	bułka z polędwicą drobiową A:GLU PSZ, MLE	bułka ze schabem w ziołach A:GLU PSZ, MLE	bułka ze schabem w ziołach A:GLU PSZ, MLE	bułka z twarożkiem z koperkiem A:GLU PSZ, MLE	bułka z szynką firmową A:GLU PSZ, MLE		
Obiad II	zupa brokułowa 400ml, schab pieczony 90g, sos jasny 50g, ziemniaki 200g, kapusta zasmażana 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	żurek z ziemniakami 400ml, gulasz wieprzowy 140g, kasza gryczana 200g, sur coleslaw 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	zupa zacierkowa 400ml, bigos domowy 180g, ziemniaki 200g, kompot A:GLU PSZ SEL JAJ	barszcz ukraiński 400ml, pieczeń rzymska 90g w sosie pietruszkowym, ziemniaki 200g, sur z pekinki z olejem 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	zupa kalafiorowa 400ml, filet rybny panierowany pieczony 100g, sur z kiszonej kapusty 120g, ziemniaki 200g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE RYB	zupa ogórkowa 400ml, udko gotowane 130g, sos jarzynowy 50g, ryż 200g, fasolka szparagowa 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	zupa pomidorowa z ryżem 400ml, sztuka mięsa 90g w sosie pieczeniowym, ziemniaki 200g, sur z marchwi i jabłka 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE, JAJ	zupa jarzynowa 400ml, 400ml, sos boloński 140g, makaron 200g, sur z czerwonej kapusty 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE, JAJ	zupa grochowa na wędzonce 400ml, szynka pieczona 90g w jasnym sosie, kasza gryczana 200g, sur. Coleslaw 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	krupnik z zieleniną 400ml, kotlet mielony 90g, ziemniaki 200g, buraki 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL		
podwieczorek	koktajl mleczno owocowy A:MLE	kisiel	maślanka truskawkowa A MLE	budyń A:JAJ, MLE	mandarynka 2 szt	jogurt naturalny A:MLE	serek homogenizowany A:MLE	budyń	kefir A:MLE	jogurt naturalny A:MLE		
kolacja	schab słowiański 40g, dżem 25g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	polędwica sopočka 40g, sałatka jarzynowa 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE JAJ	Pierś wędzona z indyka 40g, pom 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	kielbasa krakowska 40g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE, JAJ	Schab słowiański 40g, jajko gotowane 1szt, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE, JAJ	twaróg biały 90g, dżem 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	pasta kanapkowa z wędzonką 60g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Schab słowiański 40g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	kielbasa kanapkowa 40g, sałatka jarzynowa 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE, SEL JAJ	szynka galicyjska 40g, dżem 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE		
		Srednia wartość energetyczna i odżywcza:	Energia:~2300 kcal	Białko:~110g	Tłuszcze: ~70 g	Węglowodany:~290g	Błonnik:~30g					

Oznaczenia wpisane obok poszczególnych 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)	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 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 gotowana, 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 bakius				
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