

Dieta Podstawowa		11.01 czwartek	12.01 piątek	13.01 sobota	14.01 niedziela	15.01 poniedziałek	16.01 wtorek	17.01 środa	18.01 czwartek	19.01 piątek	20.01 sobota
I śniadanie	Platki jaglane mleku 350ml, pasta kanapkowa z wędzonką 60g, pomidor 30g, mix салат 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Platki ryżowe na mleku 350ml, twarożek z koperkiem 90g, ogórek kiszony 30g, sałata 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Kawa na mleku 350ml, szynka włoska 40g, ogórek 30g, sałata 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Kakao na ml 350ml, szynka wójtka 40g, pomidor 30g, mix салат 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Kasza manna na mleku 350ml, pierś wędzona z indyka 40g, pomidor 40g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE, JAJ	Platki owsiane na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, ogórek 40g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:A:GLU PSZ, MLE ,	Kasza kukurydziana na mleku 350ml, twaróg biały 90g, dżem 30g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	plutki jęczmienne na mleku 350ml, pierś wędzona z indyka 40g, ogórek kiszony 40g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	plutki jaglane na mleku 350ml, ser żółty 50g, pomidor 30g, sałata 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Kawa na mleku 400ml, szynka firmowa 40g, pomidor 30g, sałata 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU, PSZ MLE,	
II śniadanie	bułka z szynką galicyjską A:GLU PSZ,	bułka z pastą warzywną A:GLU PSZ, SEL	bułka z polędwicą A:GLU PSZ,	bułka z twarożkiem ziołowym A:GLU PSZ, MLE	bułka ze schabem w ziołach A:GLU PSZ,	bułka z twarożkiem i prażonym jabłkiem A:GLU PSZ, MLE	bułka z polędwicą soppoką A:GLU PSZ,	bułka ze schabem w ziołach A:GLU PSZ,	bułka z pastą warzywną A:GLU PSZ, SEL	bułka z twarożkiem koperkowym A:GLU PSZ, MLE	
Obiad II	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, kotlet z piersi kurczaka 90g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	Zupa brokułowa 400ml, pierogi z serem 200g, mus owocowy 50g, jabłko, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	Rosół z makaronem 400ml, gołąbek francuski 90g, sos pomidorowy 50g, ziemniaki 200g, surowka z kapusty pekińskiej 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE JAJ	Ryżanka z ziemniakami i zieleciną 400ml, roladka schabowa 90g, sos jasny 50g, ziemniaki 200g, surówka z pora 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	arzynowa 400ml, udko gotowane 130g, ryż 200g, marchewka gotowana 120g, kompot A:GLU PSZ JAJ SEL MLE	zupa grochowa 400ml, wieprzowina po węgiersku 140g, ziemniaki 200g, surówka z czerwonej kapusty 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	Zupa selerowa z ziemniakami 400ml, schab pieczony 90g, sos pieczeniowy 50g, ziemniaki 200g, buraczki 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE, JAJ	Żurek z ziemniakami 400ml, 400ml, sos boloński 140g, makaron 200g, surówka wielowarzywna 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE, JAJ	Zupa pomidorowa ryżem 400ml, filet rybny panierowany pieczony 100g, warzywa po grecku 120g, ziemniaki 200g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE JAJ RYB	zupa kalafiorowa 400ml, gulasz wieprzowy 150g, kasza jęczmienna 200g, sur z kiszonej kapusty 120g, kompot A:GLU PSZ SEL MLE	
podwieczorek	kiesiel A:MLE	kefir A:MLE	ciasto drożdżowe A MLE JAJ GLU PSZ	Jogurt naturalny A: MLE	budyń	serek homogenizowany A:MLE	twarożek A:MLE	kefir A:MLE	budyń A:MLE	jogurt naturalny A:MLE	
kolacja	Twaróg 90g, dżem 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	Pasta rybno jajeczna 60g, ogórek 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, JAJ RYB SEL	szynka firmowa 40g, ogórek 30g, sałata 10g, masło 15g , pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE,	Ser żółty 50g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	kiełbasa kanapkowa 40g, twarożek ziołowy 30g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE,	pasta kanapkowa z sera i wędzonki 60g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE,	Szynka drobiowa 50g, pomidor 30g, sałata 10g, 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	twaróg biały 90g, dżem 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE,	szynka wójtka 40g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:GLU PSZ, MLE	
		Srednia wartość energetyczna i odżywcza:	Energia:~2200 kcal	Białko:~100g	Tłuszcze: ~60 g	Węglowodany:~280g	Błonnik:~30g				

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

Jadalospis może ulegać zmianie w zależności od dostępu produktów na rynku