

	Diety	11.03 poniedziałek	12.03 wtorek	13.03 środa	14.03 czwartek	15.03 piątek
I śniadanie	podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	Płatki ryżowe na mleku 350ml, szynka wójtka 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	Kasza manna na mleku 350ml, pasztet domowy 70g, ogórek kiszony 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	Płatki owsiane na mleku 350ml, kielbasa na ciepło 100g, ketchup 20g, pomidor 30g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	Płatki jaglane na mleku 350ml, pasta rybna 60g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7,4
	wysokokaloryczna	Płatki jęczmienne na mleku 350ml, szynka drobiowa 40g, hummus z sez. 30G, pomidor 30g, sałata 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,11	Płatki ryżowe na mleku 350ml, szynka wójtka 40g, twaróg z koperkiem 40g, pomidor 30g, sałata 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Kasza manna na mleku 350ml, pasztet domowy 70g, humus ze szpinakiem 30g, ogórek kiszony 40g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,11	Płatki owsiane na mleku 350ml, kielbasa na ciepło 100g, ketchup 10g, jajko got., ogórek 30g, mix sałat 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	Płatki jaglane na mleku 350ml, pasta rybna 60g, serek topiony 30g, pomidor 40g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,4
	lekkostrawna wątrobowa	Płatki jęczmienne na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Płatki ryżowe na mleku 350ml, szynka wójtka 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Kasza manna na mleku 350ml, pierś wędzona z indyka 40g, pol.sopocka 20g, sałata 10g, pomidor 30g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Płatki owsiane na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, pasta warzywna 30g, pomidor 30g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Płatki jaglane na mleku 350ml, pasta rybna 60g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7,4
	wegetariańska	płatki jęczmienne na mleku 350ml, humus z sez. 40g, ser żółty 20g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7,11	płatki ryżowe na mleku 350ml, twar. z koperkiem 50g, pasta warzywna 30g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	kasza manna na mleku 350ml, humus szpinak. 50g, wędlina wege 30g, sałata 10g, ogórek kiszony 30g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	płatki owsiane na mleku 350ml, pasta fasolowa 60g, jajko got. 1 szt., pomidor 30g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,3,7	Płatki jaglane na mleku 350ml, pasta rybna 60g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo razowe 100g, herbata A:1,7,4
II śniadanie	bułka z pastą warzywną A:1	bułka z poledwicą sopocką A:1	bułka ze schabem w ziołach A:1	bułka z twarogiem ziołowym A:1,7	bułka z pastą z fasoli A:1	
Obiad	podstawowa	Zupa kapuśniak 350ml, pieczeń rzymska 90g, sos pieczeniowy 50g, ziemniaki 170g, surówka z czerwonej kapusty 120g, kompot A:1,3,9	Grochówka na wędzonce 350ml, bitka wieprzowa 90g, sos bazylowy 50g, kasza gryczana 170g, surówka wielowarzywna 120g, kompot A:1,9,3,7	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml, udko gotowane 150g, sos jasny 50g, ziemniaki 170g, kompot A:1,7,9	Żurek z ziemniakami 350ml, pierogi z mięsem 200g, sos szpinakowy 50g, sur z włoskiej kapusty 120g, kompot A:1,9,3,7	Zupa jarzynowa 350ml, kluski leniwe z serem 200g podane z musem owocowym, kompot A:1,3,7,9
	wysokokaloryczna	Zupa kapuśniak 400ml, pieczeń rzymska 110g, sos pieczeniowy 50g, ziemniaki 200g, surówka z czerwonej kapusty 120g, kompot A:1,3,9	Grochówka na wędzonce 400ml, bitka wieprzowa 90g, kasza gryczana 200g, surówka wielowarzywna 120g, kompot A:1,3,7,9	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, udko gotowane 150g, sos jasny 50g, ziemniaki 170g, jabłko, kompot A:1,7,9	Żurek z ziemniakami 400ml, pierogi z mięsem 250g, sos szpinakowy 50g, fasolka szparagowa 120g, kompot A:1,9,3,7	Zupa jarzynowa 400ml, kluski leniwe z serem 200g podane z musem owocowym, kompot A:1,3,7,9
	lekkostrawna wątrobowa	Zupa grysikowa 350ml, pieczeń rzymska 90g, sos pieczeniowy 50g, ziemniaki 200g, cukinia grillowana 120g, kompot A:1,3,9,7	Zupa koperkowa 350ml, bitka wieprzowa 90g, sos bazylowy 50g, kasza jęczmienna 170g, bukiet warzyw 120g, kompot A:1,9,7,3	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml, udko gotowane 150g, sos jasny 50g, ziemniaki 170g, cukinia na parze 120g, kompot A:1,7,9	Ryzanka 400ml, pierogi z mięsem 200g, sos szpinakowy 50g, brokuł gotowany 120g, kompot A:1,9,3,7	Zupa jarzynowa 350ml, kluski leniwe z serem 200g podane z musem owocowym, kompot A:1,3,7,9
	wegetariańska	zupa grysikowa 350ml, kotlet z kalafiora ziemniaki 170g, surówka z czerwonej kapusty 120g, kompot A:1,3,9,7	zupa koperkowa 350ml, pulpecik warzywny 90g, sos bazylowy 50g, kasza gryczana 170g, surówka wielowarzywna 120g, kompot A:1,9,3,7	zupa pomidorowa z ryżem 350ml, kapusta zasmażana z pomidorami wege 200g, ziemniaki 170g, kompot A:1,7,9	ryzanka 400ml, pierogi ruskie 200g, sos szpinakowy 50g, sur z kapusty włoskiej 120g, kompot A:1,9,3,7	Zupa jarzynowa 350ml, kluski leniwe z serem 200g podane z musem owocowym, kompot A:1,3,7,9
Podwieczorek	Serek homogenizowany A:7	kefir A:7	jogurt A:7	maślanka A:7	maślanka A:7	
Kolacja	podstawowa	poledwica sopocka 40g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	szynka galicyjska 40g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	Szynka wiejska 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	Ser żółty 50g, pomidor 30g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	twaróg biały 90g, miód 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7
	wysokokaloryczna	poledwica sopocka 40g, ogórek kiszony 40g, cykorja 20g, jajko gotowane 1szt, masło 15g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	szynka galicyjska 40g, serek topiony 30g, ogórek 40g, masło 15g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	kielbasa szynkowa 40g, twaróg biały 30g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Ser żółty 50g, schab słowiański 30g, pomidor 30g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	twaróg biały 90g, hummus z suszonymi pomidorami 30g, miód 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7
	lekkostrawna wątrobowa	poledwica sopocka 40g, cykorja 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	szynka galicyjska 40g, pomidor bs 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Szynka wiejska 40g, pomidor bs 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	ser biały 90g, pomidor bs 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	twaróg biały 90g, miód 25g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7
	wegetariańska	jajko got. 2 szt., majonez 20g, wędlina wege 30g, ogórek kiszony 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,3,7	Ser żółty 50g, ogórek 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	twaróg biały 90g, dżem 25g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	ser żółty 50g, wędlina wege 20g, pomidor 30g, mix sałat 10g, masło 15g, pieczywo razowe 100g, herbata A:1,7	twaróg biały 90g, miód, masło 15g, pieczywo razowe 100g, herbata A:1,7

Diety		16.03 sobota	17.03 niedziela	18.03 poniedziałek	19.03 wtorek	20.03 środa
I śniadanie	podstawowa	Kawa na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, ogórek 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Kakao na mleku 350ml, twaróg biały 90g, dżem 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	Płatki jęczmień na mleku 350ml, ser żółty 50g, ogórek kiszony 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	Płatki ryżowe na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	Kasza manna na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, ogórek kiszony 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7
	wysokokaloryczna	Kawa na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, ser żółty 30g, ogórek kiszony 40g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Kakao na mleku 350ml, twaróg biały 90g, dżem 25g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Kasza manna na mleku 350ml, ser żółty 50g, hummus z sezamem 30g, ogórek kiszony 40g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,11	Płatki ryżowe na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, ser żółty 30g, pomidor 30g, sałata 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Kasza manna na mleku 350ml, kaszanka na ciepło 120g, hummus z marchewką 40g, ogórek kiszony 30g, sałata 10g, margaryna 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7
	lekkostrawna/wątrobowa	Kawa na mleku 350ml, szynka wiejska 40g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Kawa na mleku 350ml, twaróg biały 90g, dżem 25g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Kasza manna na mleku 350ml, ser biały 50g, pomidor 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Płatki ryżowe na mleku 350ml, szynka galicyjska 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Kasza manna na mleku 350ml, szynka firmowa 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7
	wegetariańska	Kawa na mleku 350ml, ser biały 40g, jajko got. 1 szt., ogórek 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,3	Kakao na mleku 350ml, twaróg biały 90g, dżem 25g, humus pomidorowy 30g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	kasza manna na mleku 350ml, humus z sez. 50g, ogórek kiszony 40g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7,11	płatki ryżowe na mleku 350ml, ser żółty 50g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Kasza manna na mleku 350ml, humus 50g wedlina wege 20g, ogórek kiszony 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo razowe 150g, herbata A:1,7
II śniadanie	bułka z twarogiem z koperkiem A:1,7	bułka z polewą sopołą A:1	bułka z pastą warzywną A:1	bułka ze schabem w ziołach A:1	bułka z twarogiem ziołowym A:1,7	
Obiad	podstawowa	Zupa pieczarkowa 350ml, gulasz wieprzowy 140g, kasza jęczmienna 200g, surówka z marchewki i jabłka 120g, kompot A:1,7,9	Zupa kalafiorowa 350ml, schab pieczony 90g, sos pieczeniowy 50g, ziemniaki 170g, surówka wielowaarzynowa z porami i kukurydzą 120g, kompot A:1,3,7,9	Zupa ogórkowa 350ml, sos boloński 140g, makaron 170g, surówka coleslaw 120g, kompot A:1,3,7,9	Barszcz ukraiński 350ml, pulpety wieprzowe 90g, sos pomidorowy 50g, ziemniaki 170g, surówka francuska 120g, kompot A:1,7,9	Zupa zacierkowa 350ml, kotlet z piersi kurczaka 90g, ziemniaki 170g, buraczki 120g, kompot A:1,3,7,9
	wysokokaloryczna	Zupa pieczarkowa 400ml, gulasz wieprzowy 160g, kasza jęczmienna 200g, surówka z marchewki i jabłka 120g kompot A:1,7,9	Zupa kalafiorowa 400ml, schab pieczony 110g, sos pieczeniowy 50g, ziemniaki 200g, marchewka gotowana 120g, kompot A:1,3,7,9	Zupa ogórkowa 400ml, sos boloński 140g, makaron 200g, surówka coleslaw 120g, kompot A:1,3,7,9	Barszcz ukraiński 400ml, pulpety wieprzowe 110g, sos pomidorowy 50g, ziemniaki 200g, surówka francuska 120g, kompot A:1,7,9	Zupa zacierkowa 400ml, kotlet z piersi kurczaka 100g, ziemniaki 200g, buraczki 120g, kompot A:1,3,9,7
	lekkostrawna/wątrobowa	Zupa ryżanka 350ml, gulasz wieprzowy 140g, kasza jęczmienna 170g, kalafior gotowany 120g, kompot A:1,7,9	Zupa kalafiorowa 350ml, schab pieczony 90g, sos pieczeniowy 50g, ziemniaki 200g, marchewka got. 120g, kompot A:1,7,9,3	Zupa z zielonych warzyw 350ml, sos boloński 140g, makaron 170g, brokuł 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa szpinakowa 350ml, pulpety wieprzowe 90g, sos pomidorowy 50g, ziemniaki 200g, bukiet warzyw 120g, kompot A:1,7,9	Zupa zacierkowa 350ml, filet z kurczaka gotowany 90g, sos jarzynowy 50g, ziemniaki 170g, buraczki 120g, kompot A:1,9,3,7
	wegetariańska	Zupa ryżanka 350ml, gulasz warzywny z cukinią 160g, kasza jęczmienna 170g, kalafior gotowany 120g, kompot A:1,7,9	zupa kalafiorowa 350ml, kotlety sojowe 90g, ziemniaki 170g, surówka wielowaarzynowa z porami i kukurydzą 120g, kompot A:1,7,9,6	zupa z zielonych warzyw 350ml, sos Napoliii 160g, makaron 170g, sur coleslaw 120g, kompot A:1,3,7,9	zupa szpinakowa 350ml, pulpety warzywne z kaszą gryczaną 100g, sos pomidorowy 50g, ziemniaki 170g, surówka francuska 120g, kompot A:1,7,9	zupa zacierkowa 350ml, potrawka z fasolki szparagowej 150g, ziemniaki 170g, buraczki 120g, kompot A:1,9,3,7
Podwieczorek	Serek homogenizowany A:7	jogurt A:7	kefir A:7	maślanka A:7	koktajl mleczno owocowy A:7	
Kolekcja	podstawowa	Jajko gotowane 1szt, szynka firmowa 30g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,3,9	Schab słowiński 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	Twarożek koperkowy 60g, jajko got. 1 szt., pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,3,7	poledwica sop 40g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7	szynka galicyjska 40g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,7
	wysokokaloryczna	Jajko gotowane 1szt, kielbasa krakowska 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	Schab słowiński 40g, serek topiony 30g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7	Twarożek koperkowy 90g, jajko gotowane, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7,3	Jajko gotowane 1szt, poledwica sopočka 20g, sałatka jarzynowa 120g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,3,7	szynka galicyjska 40g, ser żółty 20g, pomidor 40g, masło 15g, masło 15g, pieczywo mieszane 150g, herbata A:1,7
	lekkostrawna/wątrobowa	Szynka firmowa 40g, pol.sopocka 20g, cykoria 40g, pomidor 30g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Schab słowiński 40g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	twarożek koperkowy 60g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7	Poledwica sopočka 40g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 150g, herbata A:1,7	szynka galicyjska 40g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7
	wegetariańska	Jajko gotowane 2szt, majonez 20g, pasta kalafiorowa 30g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,3,9	pasztet z soczewicy 60g, pomidor 30g, sałata 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,3,7	twarożek koperkowy 60g, jajko got. 1 szt., pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,3,7	jajko gotowane 2szt, sałatka jarzynowa 120g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo mieszane 100g, herbata A:1,3,7	ser biały 90g, dżem 25g, pomidor 40g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, herbata A:1,7

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