**Jadłospis**

**01.06.2024 r – 08.06.2024 r.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **SOBOTA****01.06.2024 r.**  | **ŚNIADANIE** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Chleb pszenny , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica z warzywami (50g)Ser żółty (10g) (MLE)Sałata (30g)Rzodkiew biała (15g)Herbata z cytryną **726,0 kcal****B: 35,8 g****T: 21,6 g****WW: 92,0 g****F: 7,5 g** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Chleb pszenny 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica z warzywami (50g)Ser żółty (10g) (MLE)Sałata (30g)Rzodkiew biała (15g)Herbata z cytryną | Chleb razowy 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica z warzywami (50g)Ser żółty (10g) (MLE)Sałata (30g)Rzodkiew biała (15g)Herbata z cytryną | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**., Chleb pszenny 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica z warzywami (50g)Ser żółty (10g) (MLE) Sałata (30g)Rzodkiew biała (15g)Herbata z cytryną | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Chleb pszenny , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt**. (MLE**)Polędwica z warzywami (50g)Ser żółty (30g) (MLE)Sałata (30g)Rzodkiew biała (15g)Herbata z cytryną |
| **II Śniadanie** | Wafelki „Grześki” 1 szt.  | Jabłko 1 szt. | Wafelki „Grześki” 1 szt.  |
| **OBIAD** | Zupa jarzynowa zabielana(GLU,PSZE, MLE)Sos boloński z makaronem (GLU, PSZE) 150 g Woda z cytryną 250 ml | Zupa ziemniaczana zabielana(GLU,PSZE, MLE)Sos mięsno – warzywny z makaronem 150 g (GLU, PSZE, MLE, SEL)Woda z cytryną 250 ml | Zupa jarzynowa zabielana(GLU,PSZE, MLE)Sos boloński z makaronem (GLU, PSZE) 150 g Woda z cytryną 250 ml | Zupa jarzynowa zabielana(GLU,PSZE, MLE)Sos boloński z makaronem (GLU, PSZE) 150 g Woda z cytryną 250 ml | Zupa jarzynowa zabielana(GLU,PSZE, MLE)Sos boloński z makaronem (GLU, PSZE) 150 g Woda z cytryną 250 ml |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenno – żytni 1 szt **(GLU, PSZE)** Chleb razowy 2 sztMargaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Szynkowa wieprzowa (70g) Rukola (30g), Pomidorki koktajlowe (50g) Słonecznik (5g)Herbata 200 ml  | Chleb mieszany pszenno – żytni 1 sz, Chleb razowy 2 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Szynkowa wieprzowa (70g) Rukola (30g), Pomidorki koktajlowe (50g)Herbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Szynkowa wieprzowa (70g) Roszponka(30g), Pomidorki koktajlowe (50g)Herbata 200 ml | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Szynkowa wieprzowa (70g) Rukola(30g), Pomidorki koktajlowe (50g)Herbata 200 ml | Chleb mieszany pszenno – żytni 80 g **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Szynkowa wieprzowa (10g) Ser żółty (MLE)(70g)**,**Roszponka(30g), Pomidorki koktajlowe (50g)Herbata 200 ml  |
| **KOLACJA II** | Jabłko 1 szt.  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **NIEDZIELA 02.06.2024 r**  | **ŚNIADANIE** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Drżem owocowy 1 szt. Polędwica z indyka (50g)Rukola 80 g, Rzodkiew (30g)Kawa zbożowa  | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Bułka pszenna 1 sztPieczywo mieszane razowe 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica z indyka 50 g Dżem owocowy 1 szt. Rukola 80 g, Rzodkiew (30g)Kawa zbożowa | Pieczywo razowe 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica z indyka 50 g Jajko gotowane 1 szt Szczypiorek Rukola 80 g, Rzodkiew (30g)Kawa zbożowa | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo pszenne 2 szt.Bułka pszenna 1 szt (**GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica z indyka 50 g Dżem owocowy 1 szt. Rukola 80 g, Rzodkiew (30g)Kawa zbożowa | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Bułka pszenna 1 szt Pieczywo razowe 2 w szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica z indyka (70g) Jajko gotowane z majonezem 1 szt (JAJ)Dżem owocowy 10 gRukola 80 g, Rzodkiew (30g)Kawa zbożowa |
|  | **II Śniadanie** | Banan 1 szt.  | Jabłko 1 szt.  | Banan 1 szt.  |
|  | OBIAD | Zupa ryżowa 300 ml **(SEL)**Mielony z łopatki pieczony **(GLU, PSZE, JAJ) 100 g** Ziemniaki(150 g) Surówka z kapusty kiszonej 100 g Woda z cytryną | Zupa ryżowa 300 ml (SEL)Mielony z łopatki pieczony (GLU, PSZE, JAJ) 100 g Ziemniaki (150 g) Surówka z marchewki 100 g Woda z cytryną | Zupa ryżowa 300 ml (SEL)Mielony z łopatki pieczony (GLU, PSZE, JAJ) 100 g Ziemniaki (150 g) Surówka z kapusty kiszonej 100 g Woda z cytryną | Zupa ryżowa 300 ml (SEL)Mielony z łopatki pieczony (GLU, PSZE, JAJ) 100 g Ziemniaki (150 g) Surówka z marchewki 100 g Woda z cytryną | Zupa ryżowa 300 ml (SEL)Mielony z łopatki pieczony (GLU, PSZE, JAJ) 100 g Ziemniaki (150 g) Surówka z kapusty kiszonej 100 g Woda z cytryną |
|  | KOLACJA | Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Pieczeń wieprzowa (70g),Ogórek kiszony(80g), Mix sałat (20g)Herbata 200 ml | Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Pieczeń wieprzowa (70g)Ogórek kiszony (80g), Mix sałat (20g)Herbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Pieczeń wieprzowa (70g)Ogórek kiszony (80g), Mix sałat (20g)Herbata 200 ml | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Pieczeń wieprzowa (70g)Ogórek kiszony (80g), Mix sałat(20g)Herbata 200 ml | Chleb mieszany pszenny 1 szt razowy 2 szt **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Serek topiony (10g) **(MLE)**Pieczeń wieprzowa (70g)Twaróg 30 g **(MLE)**Ogórek kiszony (80g), Mix sałat(20g)Herbata 200 ml |
|  | KOLACJA II | Wafle ryżowe 2 szt.  |
| **PONIEDZIAŁEK****03.06.2024 r.**  |  | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **ŚNIADANIE** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo mieszane pszenne 1 sz Pieczywo razowe 2 szt.**(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Dżem owocowy 1 szt. Pasztet wieprzowy (60g)Sałata Oliwki czarne Ogórek kiszony Herbata owocowa 200 ml | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo mieszane pszenno - razowe 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Dżem owocowy 1 szt. Pasztet wieprzowy (60g)Sałata Oliwki czarne Ogórek kiszony Herbata owocowa 200 ml | Pieczywo razowe 3 szt.**(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Dżem owocowy 1 szt. Pasztet wieprzowy (60g)Sałata Oliwki czarne Ogórek kiszony Herbata owocowa 200 ml | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo pszenne 3 szt, **(GLU,PSZ**), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Dżem owocowy 1 szt. Pasztet wieprzowy (60g)Sałata Oliwki czarne Ogórek kiszony Herbata owocowa 200 ml | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo mieszane pszenno - razowe 80g **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Dżem owocowy 1 szt. Pasztet wieprzowy (60g)Sałata Oliwki czarne Ogórek kiszony Herbata owocowa 200 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Arbuz  |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem 300 ml **(SEL, GLU, PSZE)**Potrawka z kurczaka (MLE, GLU, PSZE)Ryż (150g)Surówka z marchewki (100 g )Woda z cytryną 200 ml  | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)Potrawka z kurczaka (MLE, GLU, PSZE)Ryż (150g)Surówka z marchewki (100 g )Woda z cytryną 200 ml | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)Potrawka z kurczaka (MLE, GLU, PSZE)Ryż (150g)Surówka z marchewki (100 g )Woda z cytryną 200 ml | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)Potrawka z kurczaka (MLE, GLU, PSZE)Ryż (150g)Surówka z marchewki (100 g )Woda z cytryną 200 ml | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)Potrawka z kurczaka (MLE, GLU, PSZE)Ryż (150g)Surówka z marchewki (100 g )Woda z cytryną 200 ml |
| **KOLACJA**  | Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica (70g)Rzepa biała (30g), Rukola (20g)Herbata z cytryną 200 ml | Chleb mieszany pszenny 1 szt– razowy 2 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica (70g)Rzepa biała (30g), Rukola (20g)Herbata z cytryną 200 ml | Chleb razowy 3 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica (70g)Rzepa biała (30g), Rukola (20g)Herbata z cytryną 200 ml | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica (70g)Rzepa biała (30g), Rukola (20g)Herbata z cytryną 200 ml | Chleb mieszany pszenny 1 razowy 2 szt **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica (70g)Rzepa biała (30g), Rukola (20g)Herbata z cytryną 200 ml |
| **KOLACJA II** | Wafle ryżowe 2 szt.  |
| **WTOREK** **04.06.2024**  |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **ŚNIADANIE** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Szynka wieprzowa (50g)Ser żóty (10g) MLEMix sałat (20g)Oliwki czarne (10g)Pomidor Herbata z cytryną 200 ml | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE)Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)Szynka wieprzowa (50g)Ser żóty (10g) MLEMix sałat (20g)Oliwki czarne (10g)Pomidor Herbata z cytryną 200 ml | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE)Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)Szynka wieprzowa (50g)Ser żóty (10g) MLEMix sałat (20g)Oliwki czarne (10g)Pomidor Herbata z cytryną 200 ml | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE)Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)Szynka wieprzowa (50g)Ser żóty (10g) MLEMix sałat (20g)Oliwki czarne (10g)Pomidor Herbata z cytryną 200 ml | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE)Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)Szynka wieprzowa (50g)Ser żóty (10g) MLEMix sałat (20g)Oliwki czarne (10g)Pomidor Herbata z cytryną200 ml  |
| **II ŚNIADANIE** | Sok warzywno – owocowy 200 ml  |
| OBIAD | Krupnik jaglany (SEL,GLU, PSZE)Kotlet schabowy (GLU, PSZE, JAJ)Ziemniaki 150 g Surówka z warzyw mieszanych 100 g Woda z cytryną 200 ml  | Krupnik jaglany (SEL,GLU, PSZE)Schab gotowany w sosie (GLU, PSZE, JAJ, MLE)Ziemniaki 150 g Surówka z warzyw mieszanych 100 g Woda z cytryną 200 ml | Krupnik jaglany (SEL,GLU, PSZE)Kotlet schabowy (GLU, PSZE, JAJ)Ziemniaki 150 g Surówka z warzyw mieszanych 100 g Woda z cytryną 200 ml | Krupnik jaglany (SEL,GLU, PSZE)Schab gotowany w sosie (GLU, PSZE, JAJ, MLE)Ziemniaki 150 g Surówka z warzyw mieszanych 100 g Woda z cytryną 200 ml | Krupnik jaglany (SEL,GLU, PSZE)Kotlet schabowy (GLU, PSZE, JAJ)Ziemniaki 150 g Surówka z warzyw mieszanych 100 g Woda z cytryną 200 ml |
| KOLACJA  | Chleb mieszany pszenny 1 szt– razowy 2 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica sopocka 70 gOgórek kiszony (30g)Sałata (10g)Herbata z cytryną  | Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica sopocka (70gOgórek kiszony (30g)Sałata (10g)Herbata z cytryną | Chleb razowy 3 szt g **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica sopocka (70g) )Ogórek kiszony (30g)Sałata (10g)Herbata z cytryną | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica sopocka (70g)Ogórek kiszony (30g)Sałata(10g)Herbata z cytryną | Chleb mieszany pszenny 1 szt, – razowy 2 szt **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica sopocka (70g)Ogórek kiszony (30g)Sałata (10g)Dżem owocowy 10 gHerbata z cytryną |
| **KOLACJA II** | Kefir 200 ml (MLE)  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ŚRODA** **05.06.2024**  |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **ŚNIADANIE** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo pszenne , 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Dżem owocowy 1 szt. Szynka drobiowa (50g)Sałata (20g) Ogórek zielony Herbata z cytryną 200 ml  | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo pszenne 50g, 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)** Dżem owocowy 1 szt. Szynka drobiowa (50g)Sałata (20g) Ogórek zielony Herbata z cytryną 200 ml  | Chleb razowy 3 szt. **(GLU,PSZ**), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (**MLE)**Ser żółty (10 g )(MLE)Szynka drobiowa (50g)Sałata (20g) Pomidor 20 g Herbata z cytryną 200 ml  | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo pszenne , 1 szt., Chleb pszenny 50g 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Dżem owocowy 1 szt. Szynka drobiowa (50g)Sałata (20g) Ogórek zielony Herbata z cytryną 200 ml  | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Bułka pszenna50g, 1 szt., Chleb razowy 50g 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)** Dżem owocowy 1 szt. Szynka drobiowa (50g)Sałata (20g) Ogórek zielony Herbata z cytryną 200 ml  |
| **II ŚNIADANIE** | Jogurt 100 g (MLE) |
| **OBIAD** | Zupa kalafiorowa (SEL)Pulpety w sosie koperkowym 100 g (GLU, PSZE, JAJ, MLE)Ziemniaki (150g)Sałata z sosem winegret 100 g Woda z cytryną 250 ml | Zupa ziemniaczana (SEL)Pulpety w sosie koperkowym 100 g (GLU, PSZE, JAJ, MLE)Ziemniaki (150g)Sałata z sosem winegret 100 g Woda z cytryną 250 ml | Zupa kalafiorowa (SEL)Pulpety w sosie koperkowym 100 g (GLU, PSZE, JAJ, MLE)Ziemniaki (150g)Sałata z sosem winegret 100 g Woda z cytryną 250 ml | Zupa kalafiorowa (SEL)Pulpety w sosie koperkowym 100 g (GLU, PSZE, JAJ, MLE)Ziemniaki (150g)Sałata z sosem winegret 100 g Woda z cytryną 250 ml | Zupa kalafiorowa (SEL)Pulpety w sosie koperkowym 100 g (GLU, PSZE, JAJ, MLE)Ziemniaki (150g)Sałata z sosem winegret 100 g Woda z cytryną 250 ml |
| KOLACJA | Chleb mieszany pszenno – żytni 3 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Szynka konserwowa (70g)  Ogórek zielony (30 g), Rukola (30 g) Herbata  | Chleb mieszany pszenno – żytni 3 szt **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Szynka konserwowa (70g)  Ogórek zielony (30 g), Rukola (30 g) Herbata | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)** Szynka konserwowa (70g)  Ogórek zielony (30 g), Rukola (30 g) Herbata | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt**. (MLE)**Szynka konserowa (70g)  Ogórek zielony (30 g), Rukola (30 g) Herbata | Chleb mieszany pszenno – żytni 80 g (**GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Ser żółty (70g) (MLE)Ogórek zielony (30 g), Rukola (30 g) Herbata |
| KOLACJA II | Jabłko 1 szt.  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CZWARTEK** **06.06.2024**   |  | **DIETAOGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **ŚNIADANIA** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml **(ML, PSZ)** Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt **(GLU, PSZ)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) **(MLE**), Szynka wieprzowa (70g)Dżem owocowy 1 szt. Ogórek zielony (50g) Mix sałat (30g)SzczypiorekHerbata 200 ml | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml **(ML, PSZ)**Chleb mieszany pszenno – żytni 3 szt **(GLU, PSZ)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE**Szynka wieprzowa (70g)Dżem owocowy 1 szt. Ogórek zielony (50g) Mix sałat (30g)SzczypiorekHerbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZ)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE),** Szynka wieprzowa (70g)Jajko gotowane 1 szt. )JAJ)Ogórek zielony (50g) Mix sałat (30g)SzczypiorekHerbata 200 ml | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml (ML, PSZ)Chleb pszenny 3 szt **(GLU, PSZ)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE),** Szynka wieprzowa (70g) Dżem owocowy 1 szt Ogórek zielony (50g) Mix sałat (30g)SzczypiorekHerbata 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 sz razowe 2 szt **( (GLU, PSZ)** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE),Szynka wieprzowa (70g)Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)Dżem owocowy 1 szt. Ogórek zielony (50g) Mix sałat (30g)SzczypiorekHerbata 200 ml |
| **II ŚNIADANIA** | Drożdżówka 1 szt. (GLU, PSZE)  | Grejpfrut ¼ szt.  | Drożdżówka 1 szt. (GLU, PSZE)  |
| **OBIAD** | Kapuśniak z młodej kapusty 300 ml **(SEL),**Pieczeń wieprzowa w sosie chrzanowym 100 g (GLU, PSZE, JAJ, SEL)Kasza jęczmienna 150 g (GLU, PSZE)Buraczki prażone 100 g Woda z cytryną 250 ml  | Koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL),Pieczeń wieprzowa 100 g (GLU, PSZE, JAJ, SEL)Ziemniaki 150 g Buraczki prażone 100 g Woda z cytryną 250 ml | Kapuśniak z młodej kapusty 300 ml (SEL),Pieczeń wieprzowa w sosie chrzanowym 100 g (GLU, PSZE, JAJ, SEL)Kasza jęczmienna 150 g (GLU, PSZE)Buraczki prażone 100 g Woda z cytryną 250 ml | Kapuśniak z młodej kapusty 300 ml (SEL),Pieczeń wieprzowa w sosie chrzanowym 100 g (GLU, PSZE, JAJ, SEL)Ziemniaki 150 g Buraczki prażone 100 g Woda z cytryną 250 ml | Kapuśniak z młodej kapusty 300 ml (SEL),Pieczeń wieprzowa w sosie chrzanowym 100 g (GLU, PSZE, JAJ, SEL)Kasza jęczmienna 150 g (GLU, PSZE)Buraczki prażone 100 g Woda z cytryną 250 ml |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt **(GLU, PSZ)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica sopocka (70g) Sałata (30g)Pomidorki koktajlowe (20g)Herbata 200 ml | Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt **(GLU, PSZ)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica sopocka (70g) Sałata (30g)Pomidorki koktajlowe (20g)Herbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica sopocka (70g) Sałata (30g)Pomidorki koktajlowe (20g)Herbata 200 ml | Chleb mieszany pszenno – żytni 80 g **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica sopocka (70g) Sałata (30g)Pomidorki koktajlowe (20g)Herbata 200 ml | Chleb mieszany pszenno – żytni 80 g **(GLU, PSZE)**Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Polędwica sopocka (70g) Sałata (30g)Pomidorki koktajlowe (20g)Herbata 200 ml |
| **KOLACJA II** | Jogurt 100 ml (MLE) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIĄTEK** **07.06.2024**   |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **ŚNIADANIA** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Ser żółty (50g) (MLE)Dżem owocowy 10 g Mix sałat (50g)Ogórek kiszony (20g)Oliwki czarne (10g), SłonecznikHerbata  | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Ser żółty (50g) (MLE)Dżem owocowy 10 g Mix sałat (50g)Ogórek kiszony (20g)Oliwki czarne (10g), SłonecznikHerbata | Pieczywo razowe 3 szt **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Ser żółty (50g) (MLE)Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)Mix sałat (50g)Ogórek kiszony (20g)Oliwki czarne (10g), SłonecznikHerbata | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo pszenne 3 szt **(GLU,PSZ**), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Ser żółty (50g) (MLE)Dżem owocowy 10 g Mix sałat (50g)Ogórek kiszony (20g)Oliwki czarne (10g), SłonecznikHerbata | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, (GLU, PSZ, MLE)Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Ser żółty (50g) (MLE)Dżem owocowy 10 g Mix sałat (50g)Ogórek kiszony (20g)Oliwki czarne (10g), SłonecznikHerbata |
| **II ŚNIADANIA** | Jogurt 80 ml (MLE)  |
| **OBIAD** | Barszcz z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)Morszczuk panierowany (RYB, JAJ, GLU, PSZE, MLE) 100 gZiemniaki150 g Surówka z kapusty kiszonej (100g)Woda z cytryną  | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)Morszczuk duszony w sosie warzywnym (RYB, JAJ, GLU, PSZE, SEL) 150 gZiemniaki150 g Woda z cytryną  | Barszcz z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)Morszczuk panierowany (RYB, JAJ, GLU, PSZE, MLE) 100 gZiemniaki150 g Surówka z kapusty kiszonej (100g)Woda z cytryną  | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)Morszczuk duszony w sosie warzywnym (RYB, JAJ, GLU, PSZE, SEL) 150 gZiemniaki150 g Woda z cytryną  |  Barszcz z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)Morszczuk panierowany (RYB, JAJ, GLU, PSZE, MLE) 100 gZiemniaki150 g Surówka z kapusty kiszonej (100g)Woda z cytryną  |
| **KOLACJA** | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. - razowe 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Twarożek śmietankowy (MLE) (70g)Ogórek zielony(20g)Sałata (30g)Herbata z cytryną | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Twarożek śmietankowy (MLE) (70g)Ogórek zielony(20g)Sałata (30g)Herbata z cytryną | Pieczywo razowe 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Twarożek śmietankowy (MLE) (70g)Ogórek zielony(20g)Sałata (30g)Herbata z cytryną | Pieczywo pszenne 3 szt, **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Twarożek śmietankowy (MLE) (70g)Ogórek zielony(20g)Sałata (30g)Herbata z cytryną | Pieczywo mieszane pszenno - razowe 80g **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Twarożek śmietankowy (MLE) (70g)Ogórek zielony(20g)Sałata (30g)Herbata z cytryną |
| **KOLACJA II** | Jabłko 1 szt.  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SOBOTA** **07.06.2024**  |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA**  |
| **ŚNIADANIA** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Dżem owocowy 10 gSzynka konserwowa (70g)Mix sałat (20g)Rzodkiew biała (30g)SzczypiorekKawa zbożowa | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Dżem owocowy 10 gSzynka konserwowa (70g)Mix sałat (20g)Rzodkiew biała (30g)SzczypiorekKawa zbożowa | Pieczywo razowe 3 szt **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Ser żółty (70g) (MLE)Szynka konserwowa (70g)Mix sałat (20g)Rzodkiew biała (30g)SzczypiorekKawa zbożowa | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo pszenne 3 szt **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Dżem owocowy 10 gSzynka konserwowa (70g)Mix sałat (20g)Rzodkiew biała (30g)SzczypiorekKawa zbożowa | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt **(GLU,PSZ**), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**Ser żółty (70g) (MLE)Jajko gotowane z majonezem 1 szt. (JAJ)Mix sałat (20g)Rzodkiew biała (30g)SzczypiorekKawa zbożowa |
| **II ŚNIADANIE** | Kefir 150 g (MLE)  |
| **OBIAD**  | Zupa ogórkowa 300 ml **(SEL, PSZE, GLU)**Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i sosem beszamelowym 150 g (GLU, PSZE,JAJ, MLE) Woda z cytryną 250 ml | Zupa krem ziemniaczana 300 ml (SEL, PSZE, GLU)Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i sosem beszamelowym 150 g (GLU, PSZE,JAJ, MLE) Woda z cytryną 250 ml | Zupa ogórkowa 300 ml (SEL, PSZE, GLU)Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i sosem beszamelowym 150 g (GLU, PSZE,JAJ, MLE) Woda z cytryną 250 ml | Zupa ogórkowa 300 ml (SEL, PSZE, GLU)Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i sosem beszamelowym 150 g (GLU, PSZE,JAJ, MLE) Woda z cytryną 250 ml | Zupa ogórkowa 300 ml (SEL, PSZE, GLU)Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i sosem beszamelowym 150 g (GLU, PSZE,JAJ, MLE) Woda z cytryną 250 ml |
| **KOLACJA** | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)Ser żółty (MLE) (70g)Rukola (30g)Ogórek zielony (20g)Herbata 200 ml  | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)Ser żółty (MLE) (70g)Rukola (30g)Ogórek zielony (20g)Herbata 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)Ser żółty (MLE) (70g)Rukola (30g)Ogórek zielony (20g)Herbata 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)Ser żółty (MLE) (70g)Rukola (30g)Ogórek zielony (20g)Herbata 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)Ser żółty (MLE) (70g)Rukola (30g)Ogórek zielony (20g)Herbata 200 ml |
| **KOLACJA II** | Sok warzywno – owocowy 200 ml  |

* *Zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie*

**Oznaczenia alergenów :**

GLU PSZ – zboża zawierające gluten, pszenicę

SKO – skorupiaki

JAJ – jaja i pochodne

OZI – orzeszki ziemne i pochodne

RYB – Ryby i pochodne

SOJ – Soja i pochodne

MLE – Mleko i pochodne z laktozą

ORZ – orzechy włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały

SEL – seler i pochodne

GOR – Gorczyca i produkty pochodne

SEZ – Nasiona sezamu i pochodne

SO2 – Dwutlenek siarki/ siarczyny

ŁUB – łubin i produkty pochodne

MCK – Mięczaki i produkty pochodne

MLE b/lak – Produkty bez laktozy