**Jadłospis**

**19.02.2024 r – 26.02.2024 r.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | | **CUKRZYCOWA** | | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **PONIEDZIAŁEK 19.02.2024 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 sopocka (70g)  Serek śmietankowy (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 sopocka (70g)  Serek śmietankowy (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)**  Twaróg śmietankowy (70g)  Ser śmietankowy (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)**  Twaróg śmietankowy (70g)  Serek śmietankowy (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**)  Szynka konserwowa (70g)  Ser śmietankowy (30g) (MLE)  Sałata (30g)  Rzodkiew biała (15g)  Herbata z cytryną |
| **II Śniadanie** | Herbatniki (50g) | | Jabłko 1 szt. | | Herbatniki (50g) | | |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem (GLU,PSZE, MLE)  Pulpety mięsno – warzywne w sosie śmietanowym ( GLU, PSZE, MLE) (100g)  Ryż (200g)  Surówka z marchewki (100g)  Woda z cytryną 250 ml | Rosół z makaronem (GLU,PSZE, MLE)  Pulpety mięsno – warzywne w sosie śmietanowym ( GLU, PSZE, MLE) (100g)  Ryż (200g)  Surówka z marchewki (100g)  Woda z cytryną 250 ml | | Rosół z makaronem (GLU,PSZE, MLE)  Pulpety mięsno – warzywne w sosie śmietanowym ( GLU, PSZE, MLE) (100g)  Ryż (200g)  Surówka z marchewki (100g)  Woda z cytryną 250 ml | | Rosół z makaronem (GLU,PSZE, MLE)  Pulpety mięsno – warzywne w sosie śmietanowym ( GLU, PSZE, MLE) (100g)  Ryż (200g)  Surówka z marchewki (100g)  Woda z cytryną 250 ml | Rosół z makaronem (GLU,PSZE, MLE)  Pulpety mięsno – warzywne w sosie śmietanowym ( GLU, PSZE, MLE) (100g)  Ryż (200g)  Surówka z marchewki (100g)  Woda z cytryną 250 ml |
| **KOLACJA** | Chleb mieszany Pszenno – żytni 1 szt **(GLU, PSZE)** Chleb razowy 2 szt  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka 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)**  Szynka 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)**  Szynka 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)**  Szynka 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)**  Szynka wieprzowa (10g) Ser żółty (MLE)(70g)**,**Roszponka(30g), Pomidorki koktajlowe (50g)  Herbata 200 ml |
| **KOLACJA II** | Mix warzyw 100 g (SEL) | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  | | **DIETA OGÓLNA** | | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | | | **CUKRZYCOWA** | | | **WĄTROBOWA** | | | | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **WTOREK 20.02.2024 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)**  Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)z majonezem  Dżem owocowy 10 g  Rukola 80 g, Rzodkiew (30g)  Kawa zbożowa z mlekiem | | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**  Bułka pszenna 1 szt  Pieczywo mieszane razowe 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Dżem owocowy 10 g  Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)z majonezem  Rukola 80 g, Rzodkiew (30g)  Kawa zbożowa z mlekiem | | | Pieczywo razowe 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Twarożek śmietankowy (30g) (MLE)  Jajko gotowane 1 szt z majonezem 1 szt.  Rukola 80 g, Rzodkiew (30g)  Kawa zbożowa z mlekiem | | | 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)**  Drzem owocowy 10 g  Jajko gotowane z majonezem 1 szt (JAJ)  Rukola 80 g,  Rzodkiew (30g)  Kawa zbożowa z mlekiem | | | | 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 sopocka (70g)  Jajko gotowane z majonezem 1 szt (JAJ)  Dżem owocowy 10 g  Rukola 80 g, Rzodkiew (30g)  Kawa zbożowa z mlekiem |
|  | | **II Śniadanie** | | Jogurt 100 g (MLE) | | | | | | | | | | | | |
|  | | OBIAD | | Zupa jarzynowa 300 ml **(SEL)**  Gulasz z szynki wieprzowej **(GLU, PSZE)**  Kasza jęczmienna(150 g) (GLU, PSZE)  Buraczki 100 g  Woda z cytryną | | Zupa jarzynowa 300 ml (SEL)  Gulasz z szynki wieprzowej (GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna(150 g) (GLU, PSZE)  Buraczki 100 g  Woda z cytryną | | | Zupa jarzynowa 300 ml (SEL)  Gulasz z szynki wieprzowej (GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna(150 g) (GLU, PSZE)  Buraczki 100 g  Woda z cytryną | | | Zupa jarzynowa 300 ml (SEL)  Gulasz z szynki wieprzowej (GLU, PSZE)  Ziemniaki(150 g)  Buraczki 100 g  Woda z cytryną | | | | Zupa jarzynowa300 ml (SEL)  Gulasz z szynki wieprzowej (GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna(150 g) (GLU, PSZE)  Buraczki 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)**  Pasztet wieprzowy (70g),  Oliwki(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)**  Pasztet wieprzowy (70g)  Oliwki (80g), Mix sałat (20g)  Herbata 200 ml | | | Chleb razowy 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Pasztet wieprzowy (70g)  Oliwki (80g), Mix sałat (20g)  Herbata 200 ml | | | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Pasztet wieprzowy (70g)  Oliwki (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)**  Pasztet wieprzowy (70g)  Twaróg 30 g **(MLE)**  Ogórek kiszony (80g), Mix sałat(20g)  Herbata 200 ml |
|  | | KOLACJA II | | Kefir 200 ml (MLE) | | | | | | | | | | | | |
| **ŚRODA**  **21.02.2024 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)**  Sałatka z makaronem ORZO (JAJ, GLU, PSZE)(70g)  Szynka konserwowa (70g)  Herbata owocowa | | 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)**  Sałatka z makaronem ORZO (JAJ, GLU, PSZE)(70g)  Szynka konserwowa (70g)  Herbata owocowa | | | Pieczywo razowe 3 szt.**(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Sałatka z makaronem ORZO (JAJ, GLU, PSZE)(70g)  Szynka konserwowa (70g)  Herbata owocowa | | | 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)**  Sałatka z makaronem ORZO (JAJ, GLU, PSZE)(70g)  Szynka konserwowa (70g)  Herbata owocowa | | 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)**  Sałatka z makaronem ORZO (JAJ, GLU, PSZE)(70g)  Szynka konserwowa (70g)  Drzem owocowy 10 g  Herbata owocowa | |
| **II ŚNIADANIE** | | | Budyń 200 g (MLE) | | | | | | | | | | | |
| **OBIAD** | | | Żurek 300 ml **(SEL, GLU, PSZE, MLE)**  Pierś z kurczaka gotowana , Sos porowy (GLU, PSZE,MLE)  Ziemniaki z koperkiem (150g)  Surówka wielowarzywna (100g)  Woda z cytryną 200 ml | | Zupa ziemniaczana 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Pierś z kurczaka gotowana , Sos porowy (GLU, PSZE,MLE)  Ziemniaki z koperkiem (150g)  Surówka wielowarzywna (100g)  Woda z cytryną 200 ml | | | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Pierś z kurczaka gotowana , Sos porowy (GLU, PSZE,MLE)  Ziemniaki z koperkiem (150g)  Surówka wielowarzywna (100g)  Woda z cytryną 200 ml | | | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Pierś z kurczaka gotowana , Sos porowy (GLU, PSZE,MLE)  Ziemniaki z koperkiem (150g)  Surówka wielowarzywna (100g)  Woda z cytryną 200 ml | | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Pierś z kurczaka gotowana , Sos porowy (GLU, PSZE,MLE)  Ziemniaki z koperkiem (150g)  Surówka wielowarzywna (100g)  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** | | | Mix warzyw 100 g (SEL) | | | | | | | | | | | |
| **CZWARTEK**  **22.02.2024 r.** |  | | **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)**  Serek śmietankowy (MLE) (70g)  Szynka konserwowa (70g)  Mix sałat (20g)  Oliwki czarne (10g)  Herbata z cytryną | | | | | 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)  Serek śmietankowy (MLE) (70g)  Szynka konserwowa (70g)  Mix sałat (20g)  Oliwki czarne (10g)  Herbata z cytryną | | | 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)  Serek śmietankowy (MLE) (70g)  Szynka konserwowa (70g)  Mix sałat (20g)  Oliwki czarne (10g)  Herbata z cytryną | | | 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)  Serek śmietankowy (MLE) (70g)  Szynka konserwowa (70g)  Mix sałat (20g)  Oliwki czarne (10g)  Herbata z cytryną | | 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)  Serek śmietankowy (MLE) (70g)  Szynka konserwowa (70g)  Dżem owocowy 10 g  Mix sałat (20g)  Oliwki czarne (10g)  Herbata z cytryną |
| **II ŚNIADANIE** | | Owoce mix 100 g | | | | | | | | | | | | | |
| OBIAD | | Barszcz ukraiński (SEL,)  Pieczeń rzymska (JAJ, GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (GLU, PSZE) 150 g  Modra kapusta duszona (MLE) 100 g  Woda z cytryną 200 ml | | | | | Zupa ziemniaczana zabielana(SEL, MLE)  Pieczeń rzymska (JAJ, GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (GLU, PSZE) 150 g  Marchewka duszona na maśle (MLE)100 g  Woda z cytryną 200 ml | | | Barszcz ukraiński (SEL)  Pieczeń rzymska (JAJ, GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (GLU, PSZE) (150 g)  Modra kapusta duszona (MLE) (100g)  Woda z cytryną 200 ml | | | Barszcz ukraiński (SEL,)  Pieczeń rzymska (JAJ, GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Modra kapusta duszona (MLE) (100 g)  Woda z cytryną 200 ml | | Barszcz ukraiński (SEL,)  Pieczeń rzymska (JAJ, GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (GLU, PSZE)  Modra kapusta duszona (MLE)  Jabłko ½ szt.  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)**  Pieczeń wieprzowa 70 g  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)**  Pieczeń wieprzowa (70g)  Ogórek kiszony (30g)  Sałata (10g)  Herbata z cytryną | | | Chleb razowy 3 szt g **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Pieczeń wieprzowa (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)**  Pieczeń wieprzowa (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)**  Pieczeń wieprzowa (70g)  Ogórek kiszony (30g)  Sałata (10g)  Dżem owocowy 10 g  Herbata z cytryną |
| **KOLACJA II** | | Wafle ryżowe 2 szt. | | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIĄTEK 23.02.2024** |  | **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 (10g)  Pasta jajeczna na majonezie (JAJ) (70g)  Sałata (20g) Rzodkiew biała (30g)  Herbata z cytryną | 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 (10g)  Pasta jajeczna na majonezie (JAJ) (70g)  Sałata (20g) Rzodkiew biała (30g)  Herbata z cytryną | Chleb razowy 3 szt. **(GLU,PSZ**), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (**MLE)**  Serek topiony (10g)(MLE)  Pasta jajeczna na majonezie (JAJ) (70g)  Sałata (20g) Rzodkiew biała (30g)  Herbata z cytryną | 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 (10g)  Pasta jajeczna na majonezie (MLE) (70g)  Sałata (20g) Rzodkiew biała (30g)  Herbata z cytryną | 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)**  Ser żółty (40)(MLE)  Pasta jajeczna na majonezie (70g)  Sałata (20g) Rzodkiew biała (30g)  Jabłko ½ szt.  Herbata z cytryną |
| **II ŚNIADANIE** | Jogurt 100 g (MLE) | | | | |
| **OBIAD** | Zupa pomidorowa z ryżem (SEL, MLE)  Kotlety rybne (JAJ, GLU, PSZE, MLE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z majonezem (JAJ, SEL) 100 g  Woda z owocami b/c 200 ml | Zupa pomidorowa z ryżem (SEL, MLE)  Kotlety rybne (JAJ, GLU, PSZE, MLE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z majonezem (JAJ, SEL) 100 g  Woda z owocami b/c 200 ml | Zupa pomidorowa z ryżem (SEL, MLE)  Kotlety rybne (JAJ, GLU, PSZE, MLE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z majonezem (JAJ, SEL) 100 g  Woda z owocami b/c 200 ml | Zupa pomidorowa z ryżem (SEL, MLE)  Kotlety rybne (JAJ, GLU, PSZE, MLE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z majonezem (JAJ, SEL) 100 g  Woda z owocami b/c 200 ml | Zupa pomidorowa z ryżem (SEL, MLE)  Kotlety rybne (JAJ, GLU, PSZE, MLE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z majonezem (JAJ, SEL) 100 g  Woda z owocami b/c 200 ml |
| KOLACJA | Chleb mieszany pszenno – żytni 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Serek śmietankowy (70g) (MLE)  Ogórek zielony (30 g),  Rzodkiewka (10g) Rukola (30 g)  Herbata | Chleb mieszany pszenno – żytni 3 szt **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Serek śmietankowy (70g) (MLE)  Ogórek zielony (30 g),  Rzodkiewka (10g) Rukola (30 g)  Herbata | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Serek śmietankowy (70g) (MLE)  Ogórek zielony (30 g),  Rzodkiewka (10g) Rukola (30 g)  Herbata | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt**. (MLE)**  Serek śmietankowy (70g) (MLE)  Ogórek zielony (30 g),  Rzodkiewka (10g) 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)  Serek śmietankowy (70g) (MLE)  Ogórek zielony (30 g),  Rzodkiewka (10g) Rukola (30 g)  Herbata |
| KOLACJA II | Mix warzyw 100 g (SEL) | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SOBOTA**  **24.02.2024 r.** |  | **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**),  Polędwica z warzywami (70g)  Dżem owocowy 10 g  Mix sałat (50g)  Ogórek kiszony (20g)  Oliwki czarne (10g), Słonecznik  Herbata czarna b/c 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**  Polędwica z warzywami (70g)  Dżem owocowy 10 g  Mix sałat (50g)  Ogórek kiszony (20g)  Oliwki czarne (10g), Słonecznik  Herbata czarna b/c 200 ml | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZ)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE),**  Szynka wieprzowa (70g)  Polędwica z warzywami (70g)  Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)  Mix sałat (50g)  Ogórek kiszony (20g)  Oliwki czarne (10g), Słonecznik  Herbata czarna b/c 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),**  Polędwica z warzywami (70g)  Dżem owocowy 10 g  Mix sałat (50g)  Ogórek kiszony (20g)  Oliwki czarne (10g), Słonecznik  Herbata czarna b/c 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 sz razowe 2 szt **( (GLU, PSZ)** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE),  Polędwica z warzywami (70g)  Ser żółty (70g) (MLE)  Dżem owocowy 10 g  Mix sałat (50g)  Ogórek kiszony (20g)  Oliwki czarne (10g), Słonecznik  Herbata czarna słodzona 200 ml |
| **II ŚNIADANIA** | Kisiel 200 ml | | | | |
| **OBIAD** | Zupa ogórkowa 300 ml **(SEL),**  Sos myśliwski (GLU, PSZE)  Makaron pszenny (150 g) (GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL),  Sos myśliwski (GLU, PSZE)  Makaron pszenny (150 g) (GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ogórkowa 300 ml (SEL),  Sos myśliwski (GLU, PSZE)  Makaron pszenny (150 g) (GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ogórkowa 300 ml (SEL),  Sos myśliwski (GLU, PSZE)  Makaron pszenny (150 g) (GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ogórkowa 300 ml (SEL),  Sos myśliwski (GLU, PSZE)  Makaron pszenny (150 g) (GLU, PSZE)  Jabłko ½ szt.  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)**  Szynka konserwowa (70 g)  Ogórek zielony(20g)  Sałata (30g)  Herbata z cytryną | Chleb mieszany pszenny 1 szt – razowy 2 szt **(GLU, PSZ)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka konserwowa (70g)  Ogórek zielony(20g)  Sałata (30g)  Herbata z cytryną | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka konserwowa (70g)  Ogórek zielony(20g)  Sałata (30g)  Herbata z cytryną | Chleb mieszany pszenno – żytni 80 g **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka konserwowa (70g)  Ogórek zielony(20g)  Sałata (30g)  Herbata z cytryną | Chleb mieszany pszenno – żytni 80 g **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Twarożek śmietankowy (MLE) (30g)  Szynka konserwowa (70g)  Ogórek zielony(20g)  Sałata (30g)  Herbata z cytryną |
| **KOLACJA II** | Mix warzyw 100 g (SEL) | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NIEDZIELA**  **25.02.2024 r.** |  | **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)**  Sałatka makaronowa (JAJ, GLU, PSZE)  Szynka konserwowa (70g)  Szczypiorek  Kawa zbożowa 200 ml | 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)**  Sałatka makaronowa (JAJ, GLU, PSZE)  Szynka konserwowa (70g)  Szczypiorek  Kawa zbożowa 200 ml | Pieczywo razowe 3 szt **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Sałatka makaronowa (JAJ, GLU, PSZE)  Szynka konserwowa (70g)  Szczypiorek  Kawa zbożowa 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)**  Sałatka makaronowa (JAJ, GLU, PSZE)  Szynka konserwowa (70g)  Szczypiorek  Kawa zbożowa 200 ml | 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)**  Sałatka makaronowa (JAJ, GLU, PSZE)  Szynka konserwowa (70g)  Ser żółty (30g) (MLE)  Szczypiorek  Kawa zbożowa 200 ml |
| **II ŚNIADANIA** | Jogurt 80 ml (MLE) | | | | |
| **OBIAD** | Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL)  Schab duszony w sosie pieczeniowym (100g) ( GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (GLU, PSZE) 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z olejem (100g)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL)  Schab duszony w sosie pieczeniowym (100g) ( GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (GLU, PSZE) 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z olejem (100g)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL)  Schab duszony w sosie pieczeniowym (100g) ( GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (GLU, PSZE) 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z olejem (100g)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL)  Schab duszony w sosie pieczeniowym (100g) ( GLU, PSZE)  Ziemniaki z koperkiem 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z olejem (100g)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL)  Schab duszony w sosie pieczeniowym (100g) ( GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (GLU, PSZE) 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z olejem (100g)  Jabłko ½ szt.  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)**  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. | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK**  **26.02.2024 r.** |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **ODZDIAŁ DZIECIĘCY** |
| **ŚNIADANIA** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**  Szynka konserwowa (70g)  Dżem owocowy 10 g  Mix sałat (50g)  Ogórek kiszony (20g)  Oliwki czarne (10g), Słonecznik  Herbata b/c 200 ml | 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)**  Szynka konserwowa (70g)  Dżem owocowy 10 g  Mix sałat (50g)  Ogórek kiszony (20g)  Oliwki czarne (10g), Słonecznik  Herbata b/c 200 ml | Pieczywo razowe 3 szt **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka konserwowa (70g)  Serek topiony 10 g (MLE)  Mix sałat (50g)  Ogórek kiszony (20g)  Oliwki czarne (10g), Słonecznik  Herbata b/c 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)**  Szynka konserwowa (70g)  Dżem owocowy 10 g  Mix sałat (50g)  Ogórek kiszony (20g)  Oliwki czarne (10g), Słonecznik  Herbata b/c 200 ml | 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)**  Szynka konserwowa (70g)  Dżem owocowy 10 g  Mix sałat (50g)  Ogórek kiszony (20g)  Oliwki czarne (10g), Słonecznik  Herbata b/c 200 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Owoce mix 100 g | | | | |
| **OBIAD** | Zupa Kapuśniak 300 ml **(SEL)**  Kotlet mielony z kaszą (100g) ( JAJ,GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z majonezem (100g) (JAJ, SEL)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ziemniaczana 300 ml (SEL)  Kotlet mielony z kaszą (100g) ( JAJ,GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z majonezem (100g) (JAJ, SEL)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa Kapuśniak 300 ml (SEL)  Kotlet mielony z kaszą (100g) ( JAJ,GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z majonezem (100g) (JAJ, SEL)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa Kapuśniak 300 ml (SEL)  Kotlet mielony z kaszą (100g) ( JAJ,GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z majonezem (100g) (JAJ, SEL)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa Kapuśniak 300 ml (SEL)  Kotlet mielony z kaszą (100g) ( JAJ,GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych z majonezem (100g) (JAJ, SEL)  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)  Polędwica z warzywami (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)  Polędwica z warzywami (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)  Polędwica z warzywami (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)  Polędwica z warzywami (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)  Polędwica z warzywami (70g)  Rukola (30g)  Ogórek zielony (20g)  Herbata 200 ml |
| **KOLACJA II** | Wafle ryżowe 2 szt. | | | | |

* *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