**Jadłospis**

**27.07.2024 r – 03.08.2024 r.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **SOBOTA**  **27.07.2024 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)**  Ser żółty 30 g (MLE)  Polędwica sopocka 70 g  Sałata  Pomidor  Oliwki czarne  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml  **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)**  Ser żółty 30 g (MLE)  Polędwica sopocka 70 g  Sałata  Pomidor  Oliwki czarne  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | Chleb razowy 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Ser żółty 30 g (MLE)  Polędwica sopocka 70 g  Sałata  Pomidor  Oliwki czarne  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | 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)**  Ser żółty 30 g (MLE)  Polędwica sopocka 70 g  Sałata  Pomidor  Oliwki czarne  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | 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**)  Ser żółty 30 g (MLE)  Polędwica sopocka 70 g  Sałata  Pomidor  Oliwki czarne  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml |
| **II Śniadanie** | Sok 100% 100 ml | | | | |
| **OBIAD** | Zupa ryżowa (SEL)  Jajko sadzone 1 szt. (JAJ)  Ziemniaki z koperkiem 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g (SEL)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ryżowa (SEL)  Jajko sadzone 1 szt. (JAJ)  Ziemniaki z koperkiem 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g (SEL)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ryżowa (SEL)  Jajko sadzone 1 szt. (JAJ)  Ziemniaki z koperkiem 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g (SEL)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ryżowa (SEL)  Jajko na parze 1 szt. (JAJ)  Ziemniaki z koperkiem 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g (SEL)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ryżowa (SEL)  Jajko sadzone 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g (SEL)  Jabłko 1 szt.  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)**  Szynkowa wieprzowa (70g) Sałata  Ogórek zielony  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) Sałata  Ogórek zielony  Herbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynkowa wieprzowa (70g) Sałata  Ogórek zielony  Herbata 200 ml | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynkowa wieprzowa (70g) Sałata  Ogórek zielony  Herbata 200 ml | Chleb mieszany pszenno – żytni 80 g **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynkowa wieprzowa (70g) Sałata  Ogórek zielony  Herbata 200 ml |
| **KOLACJA II** | Jogurt 100 ml (MLE) | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  | | **DIETA OGÓLNA** | | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | | | **CUKRZYCOWA** | | | **WĄTROBOWA** | | | | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **NIEDZIELA 28.07.2024 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)**  Dżem owocowy 1 szt.  Szynka konserwowa 50 g  Pomidor  Sałata  Czarnuszka  Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml | | 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 1 szt.  Szynka konserwowa 50 g  Pomidor  Sałata  Czarnuszka  Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml | | | Pieczywo razowe 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Twarożek śmietankowy (30g) (MLE)  Szynka konserwowa 50 g  Pomidor  Sałata  Czarnuszka  Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml | | | 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)**  Dżem owocowy 1 szt.  Szynka konserwowa 50 g  Pomidor  Sałata  Czarnuszka  Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml | | | | 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)**  Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)z majonezem  Dżem owocowy 1 szt.  Szynka konserwowa 50 g  Pomidor  Sałata  Czarnuszka  Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml |
|  | | **II Śniadanie** | | Arbuz | | | | | | | | | | | | |
|  | | OBIAD | | Rosół z makaronem 300 ml **(SEL, GLU,PSZE)**  Potrawka z kurczaka w sosie z marchewką i groszkiem 150 g  Ryż 150 g  Woda z cytryną 200 ml | | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Potrawka z kurczaka w sosie z marchewką i groszkiem 150 g  Ryż 150 g  Woda z cytryną 200 ml | | | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Potrawka z kurczaka w sosie z marchewką i groszkiem 150 g  Ryż 150 g  Woda z cytryną 200 ml | | | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Potrawka z kurczaka w sosie z marchewką i groszkiem 150 g  Ryż 150 g  Woda z cytryną 200 ml | | | | Rosół z makaronem 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Potrawka z kurczaka w sosie z marchewką i groszkiem 150 g  Ryż 150 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)**  Pieczeń wieprzowa (70g),  Ogórek zielony  Sałata  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 zielony  Sałata  Herbata 200 ml | | | Chleb razowy 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Pieczeń wieprzowa (70g),  Ogórek zielony  Sałata  Herbata 200 ml | | | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Pieczeń wieprzowa (70g),  Ogórek zielony  Sałata  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),  Ogórek zielony  Sałata  Herbata 200 ml |
|  | | KOLACJA II | | Kefir 150 ml (MLE) | | | | | | | | | | | | |
| **PONIEDZIAŁEK**  **29.07.2024 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)**  Szynka konserwowa (50g)  Twarożek śmietankowy 30 g (MLE)  Szczypiorek  Ogórek zielony  Pomidor  Czarnuszka  Sałata  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)**  Szynka konserwowa (50g)  Twarożek śmietankowy 30 g (MLE)  Szczypiorek  Ogórek zielony  Pomidor  Czarnuszka  Sałata  Herbata owocowa 200 ml | | | Pieczywo razowe 3 szt.**(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka konserwowa (50g)  Twarożek śmietankowy 30 g (MLE)  Szczypiorek  Ogórek zielony  Pomidor  Czarnuszka  Sałata  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)**  Szynka konserwowa (50g)  Twarożek śmietankowy 30 g (MLE)  Szczypiorek  Ogórek zielony  Pomidor  Czarnuszka  Sałata  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)**  Szynka konserwowa (50g)  Twarożek śmietankowy 30 g (MLE)  Szczypiorek  Ogórek zielony  Pomidor  Czarnuszka  Sałata  Herbata owocowa 200 ml | |
| **II ŚNIADANIE** | | | Sok 100% 100 ml | | | | | | | | | | | |
| **OBIAD** | | | Zupa grysikowa 300 ml **(SEL, GLU, PSZE, MLE)**  Gulaszz łopatki wieprzowej (GLU, PSZE)  Ziemniaki (150g)  Surówka z kapusty białej z majonezem (100g)  Woda z cytryną 200 ml | | Zupa grysikowa 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Gulasz z łopatki wieprzowej (GLU, PSZE)  Ziemniaki z koperkiem (150g)  Surówka z marchewki (100g)  Woda z cytryną 200 ml | | | Zupa grysikowa 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Gulasz z łopatki wieprzowej (GLU, PSZE)  Ziemniaki z koperkiem (150g)  Surówka z kapusty białej z majonezem (100g)  Woda z cytryną 200 ml | | | Zupa grysikowa 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Gulasz z łopatki wieprzowej (GLU, PSZE)  Ziemniaki z koperkiem (150g)  Surówka z kapusty białej z majonezem (100g)  Woda z cytryną 200 ml | | Zupa grysikowa 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Gulasz z łopatki wieprzowej (GLU, PSZE)  Ziemniaki z koperkiem (150g)  Surówka z kapusty białej z majonezem (100g  Jabłko 1 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)**  Polędwica sopocka (70g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  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 sopocka (70g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | | | Chleb razowy 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | | | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  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 sopocka (70g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | |
| **KOLACJA II** | | | Wafle ryżowe 2 sztuki | | | | | | | | | | | |
| **WTOREK**  **30.07.2024** |  | | **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)**  Polędwica koperkowa (50)  Dżem owocowy 1 szt  Sałata  Pomidor  Oliwki czarne  Słonecznik  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)  Polędwica koperkowa (50)  Dżem owocowy 1 szt  Sałata  Pomidor  Oliwki czarne  Słonecznik  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)  Polędwica koperkowa (50)  Dżem owocowy 1 szt  Sałata  Pomidor  Oliwki czarne  Słonecznik  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)  Polędwica koperkowa (50)  Dżem owocowy 1 szt  Sałata  Pomidor  Oliwki czarne  Słonecznik  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)  Polędwica koperkowa (50)  Dżem owocowy 1 szt  Sałata  Pomidor  Oliwki czarne  Słonecznik  Herbata z cytryną 200 ml |
| **II ŚNIADANIE** | | Jabłko 1 szt. | | | | | | | | | | | | | |
| OBIAD | | Zupa ogórkowa zabielana (SEL, MLE)  Pulpety w sosie pomidorowym (GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g  Woda z cytryną 200 ml | | | | | Zupa ziemniaczana zabielana (SEL, MLE)  Pulpety w sosie pomidorowym (GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g  Woda z cytryną 200 ml | | | Zupa ogórkowa zabielana (SEL, MLE)  Pulpety w sosie pomidorowym (GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g  Woda z cytryną 200 ml | | | Zupa ogórkowa zabielana (SEL, MLE)  Pulpety w sosie pomidorowym (GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g  Woda z cytryną 200 ml | | Zupa ogórkowa zabielana (SEL, MLE)  Pulpety w sosie pomidorowym (GLU, PSZE)  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 g  Ogórek kiszony  Sałata 200 ml  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  Sałata 200 ml  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  Sałata 200 ml  Herbata z cytryną | | | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Ogórek kiszony  Sałata 200 ml  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  Sałata 200 ml  Herbata z cytryną |
| **KOLACJA II** | | Jogurt 100 ml (MLE) | | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ŚRODA**  **31.07.2024** |  | **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)  Szynka drobiowa (50g)  Sałata  Ogórek zielony  Rzodkiewka  Szczypiorek  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 (10g)  Szynka drobiowa (50g)  Sałata  Ogórek zielony  Rzodkiewka  Szczypiorek | Chleb razowy 3 szt. **(GLU,PSZ**), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (**MLE)**  Ser żółty (40)(MLE)  Szynka drobiowa (50g)  Sałata  Ogórek zielony  Rzodkiewka  Szczypiorek | 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)  Szynka drobiowa (50g)  Sałata  Ogórek zielony  Rzodkiewka  Szczypiorek | 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)  Szynka drobiowa (50g)  Sałata  Ogórek zielony  Rzodkiewka  Szczypiorek |
| **II ŚNIADANIE** | Jogurt 100 g (MLE) | | | | |
| **OBIAD** | Kalafiorowa zabielana (SEL, MLE)  Żołądki prażone w sosie 150 g (GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (150g), (GLU, PSZE)  Buraczki z cebulką 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Zupa Ziemniaczana zabielana (SEL, MLE)  Żołądki prażone w sosie 150 g (GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (150g), (GLU, PSZE)  Buraczki 100 g  Woda z cytryną 250 | Kalafiorowa (SEL, MLE)  Żołądki prażone w sosie 150 g (GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (150g), (GLU, PSZE)  Buraczki z cebulką 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Ziemniaczana zabielana (SEL, MLE)  Żołądki prażone w sosie 150 g (GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (150g), (GLU, PSZE)  Buraczki z cebulką 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Kalafiorowa zabielana (SEL, MLE)  Żołądki prażone w sosie 150 g (GLU, PSZE)  Kasza jęczmienna (150g), (GLU, PSZE)  Buraczki z cebulką 100 g  Jabłko 1 szt.  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  Sałata  Herbata 200 ml | Chleb mieszany pszenno – żytni 3 szt **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka konserwowa (70g)  Ogórek zielony  Sałata  Herbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka konserwowa (70g)    Ogórek zielony  Sałata  Herbata 200 ml | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt**. (MLE)**  Szynka konserowa (70g)  Ogórek zielony  Sałata  Herbata 200 ml | Chleb mieszany pszenno – żytni 80 g (**GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Ser żółty (70g) (MLE)  Ogórek zielony  Sałata  Herbata 200 ml |
| KOLACJA II | Kefir 150 ml (MLE) | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CZWARTEK**  **01.08.2024** |  | **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**),  Pasztet wieprzowy (50g)  Twarożek śmietankowy (30g)(MLE)  Ogórek kiszony  Sałata  Szczypiorek  Papryka czerwona  Słonecznik  Herbata 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**  Pasztet wieprzowy (50g)  Twarożek śmietankowy (30g)(MLE)  Ogórek kiszony  Sałata  Szczypiorek  Papryka czerwona  Słonecznik  Herbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZ)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE),**  Pasztet wieprzowy (50g)  Twarożek śmietankowy (30g)(MLE)  Ogórek kiszony  Sałata  Szczypiorek  Papryka czerwona  Słonecznik  Herbata 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),**  Pasztet wieprzowy (50g)  Twarożek śmietankowy (30g)(MLE)  Ogórek kiszony  Sałata  Szczypiorek  Papryka czerwona  Słonecznik  Herbata 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 sz razowe 2 szt **( (GLU, PSZ)** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE),  Pasztet wieprzowy (50g)  Twarożek śmietankowy (30g)(MLE)  Ogórek kiszony  Sałata  Szczypiorek  Papryka czerwona  Słonecznik  Herbata 200 ml |
| **II ŚNIADANIA** | Arbuz | | | | |
| **OBIAD** | Kapuśniak z kwaśnej kapusty 300 ml **(SEL),**  Sos śmietanowo – pieczarkowym 150 g (GLU, PSZE, MLE)  Makaron 150 g (GLU, PSZE)  Surówka wielowarzywna 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (SEL),  Leczo warzywne 150 g (GLU, PSZE)  Makaron 150 g (GLU, PSZE)  Surówka wielowarzywna 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Kapuśniak z kwaśnej kapusty 300 ml (SEL),  Sos śmietanowo – pieczarkowym 150 g (GLU, PSZE, MLE)  Makaron 150 g (GLU, PSZE)  Surówka wielowarzywna 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Kapuśniak z kwaśnej kapusty 300 ml (SEL),  Sos śmietanowo – pieczarkowym 150 g (GLU, PSZE, MLE)  Makaron 150 g (GLU, PSZE)  Surówka wielowarzywna 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Kapuśniak z kwaśnej kapusty 300 ml (SEL),  Sos śmietanowo – pieczarkowym 150 g (GLU, PSZE, MLE)  Makaron 150 g (GLU, PSZE)  Surówka wielowarzywna 100 g  Jabłko 1 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)**  Polędwica sopocka (70g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  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  Pomidor  Czarnuszka  Herbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  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  Pomidor  Czarnuszka  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  Pomidor  Czarnuszka  Herbata 200 ml |
| **KOLACJA II** | Kefir 150 ml (MLE) | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIĄTEK**  **02.08.2024** |  | **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  Sałata  Ogórek zielone  Oliwki czarne Słonecznik  Herbata 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)**  Ser żółty (50g) (MLE)  Dżem owocowy 10 g  Sałata  Ogórek zielone  Oliwki czarne Słonecznik  Herbata 200 ml | 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)  Sałata  Ogórek zielone  Oliwki czarne Słonecznik  Herbata 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)**  Ser żółty (50g) (MLE)  Dżem owocowy 10 g  Sałata  Ogórek zielone  Oliwki czarne Słonecznik  Herbata 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)**  Ser żółty (50g) (MLE)  Dżem owocowy 10 g  Sałata  Ogórek zielone  Oliwki czarne Słonecznik  Herbata 200 ml |
| **II ŚNIADANIA** | Drożdżówka 1 szt. (GLU, PSZE) | | Grejpfrut ¼ szt. | Drożdżówka 1 szt. (GLU, PSZE) | | |
| **OBIAD** | Zupa krem z soczewicy 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Kotlety rybne (RYB, JAJ, GLU, PSZE, MLE)  Ziemniaki150 g  Surówka warzyw mieszanych (150g)  Woda z cytryną | Zupa krem z soczewicy 300 ml (SEL)  Kotlety rybne (RYB, JAJ, GLU, PSZE, MLE)  Ziemniaki150 g  Surówka warzyw mieszanych (150g)  Woda z cytryną | Zupa krem z soczewicy 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Kotlety rybne (RYB, JAJ, GLU, PSZE, MLE)  Ziemniaki150 g  Surówka warzyw mieszanych (150g)  Woda z cytryną | | Zupa krem z soczewicy 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Kotlety rybne (RYB, JAJ, GLU, PSZE, MLE)  Ziemniaki150 g  Surówka warzyw mieszanych (150g)  Woda z cytryną | Zupa krem z soczewicy 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Kotlety rybne (RYB, JAJ, GLU, PSZE, MLE)  Ziemniaki150 g  Surówka warzyw mieszanych (150g)  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)70 g  Ogórek zielony  Sałata  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Twarożek śmietankowy (MLE)70 g  Ogórek zielony  Sałata  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | Pieczywo razowe 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Twarożek śmietankowy (MLE)70 g  Ogórek zielony  Sałata  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | | Pieczywo pszenne 3 szt, **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Twarożek śmietankowy (MLE)70 g  Ogórek zielony  Sałata  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | Pieczywo mieszane pszenno - razowe 80g **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Twarożek śmietankowy (MLE)70 g  Ogórek zielony  Sałata  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml |
| **KOLACJA II** | Jogurt 100 ml (MLE) | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SOBOTA**  **03.08.2024** |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **ODZDIAŁ DZIECIĘCY** |
| **ŚNIADANIA** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**  Dżem owocowy 10 g  Szynka konserwowa (50g)  Sałata  Pomidor  Ogórek  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)**  Dżem owocowy 10 g  Szynka konserwowa (50g)  Sałata  Pomidor  Ogórek  Szczypiorek  Kawa zbożowa 200 ml | Pieczywo razowe 3 szt **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Ser żółty (70g) (MLE)  Szynka konserwowa (50g)  Sałata  Pomidor  Ogórek  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)**  Dżem owocowy 10 g  Szynka konserwowa (50g)  Sałata  Pomidor  Ogórek  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)**  Ser żółty (30g) (MLE)  Szynka konserwowa (50g)  Sałata  Pomidor  Ogórek  Szczypiorek  Kawa zbożowa 200 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Sok 100 % 100 ml | | | | |
| **OBIAD** | Zupa jarzynowa 300 ml **(SEL, PSZE, GLU)**  Sos boloński (GLU, PSZE, SEL)  Makaron 150 g (GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ziemniaczana 300 ml (SEL, PSZE, GLU)  Pulpety w sosie jarzynowym (100g) (JAJ,)  Makaron 150 g (GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa jarzynowa 300 ml (SEL, PSZE, GLU)  Sos boloński (GLU, PSZE, SEL)  Makaron 150 g (GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ziemniaczana 300 ml (SEL, PSZE, GLU)  Pulpety w sosie jarzynowym (100g) (JAJ,)  Makaron 150 g (GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa jarzynowa 300 ml (SEL, PSZE, GLU)  Sos boloński (GLU, PSZE, SEL)  Makaron 150 g (GLU, PSZE)  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)  Szynkowa drobiowa (70g)  Sałata  Ogórek zielony  Czarnuszka  Herbata 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt (GLU,PSZ),  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)  Szynkowa drobiowa (70g)  Sałata  Ogórek zielony  Czarnuszka  Herbata 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)  Szynkowa drobiowa (70g)  Sałata  Ogórek zielony  Czarnuszka  Herbata 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)  Szynkowa drobiowa (70g)  Sałata  Ogórek zielony  Czarnuszka  Herbata 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt - razowe 2 szt (GLU,PSZ), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE)  Szynkowa drobiowa (70g)  Sałata  Ogórek zielony  Czarnuszka  Herbata 200 ml |
| **KOLACJA II** | Kefir 150 ml (MLE) | | | | |

* *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