**Jadłospis**

**03.07.2024 r – 10.07.2024 r.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **ŚRODA**  **03.07.2024 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)**  Szynka konserwowa (50g)  Drzem owocowy (10g)  Sałata  Ogórek zielony  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)**  Szynka konserwowa (50g)  Drzem owocowy (10g)  Sałata  Ogórek zielony  Herbata z cytryną 200 ml | Chleb razowy 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka konserwowa (50g)  Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)  Ogórek zielony  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)**  Szynka konserwowa (50g)  Drzem owocowy (10g)  Ogórek zielony  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**)  Dżem owocowy 10 g  Ogórek zielony  Herbata z cytryną 200 ml |
| **II Śniadanie** | Jogurt 80 g (MLE)  **48,0 kcal**  **B: 2,9 g**  **T: 2,2 g**  **WW: 4,1 g**  **F: 0,0 g** | | | | |
| **OBIAD** | Zupa ryżowa 300 ml (SEL)  Jajko w sosie chrzanowym 1 szt.  **(JAJ, GLU, PSZE, SEL, MLE)**  Ziemniaki 150 g  Surówka z kapusty białej 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ryżowa 300 ml (SEL)  Jajko w sosie śmietanowym 1 szt. (JAJ, GLU, PSZE, SEL, MLE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z marchewki 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ryżowa 300 ml (SEL)  Jajko w sosie chrzanowym 1 szt. (JAJ, GLU, PSZE, SEL, MLE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z kapusty białej 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ryżowa 300 ml (SEL)  Jajko w sosie chrzanowym 1 szt. (JAJ, GLU, PSZE, SEL, MLE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z marchewki 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ryżowa 300 ml (SEL)  Jajko w sosie chrzanowym 1 szt. (JAJ, GLU, PSZE, SEL, MLE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z kapusty białej 100 g  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)**  Polędwica sopocka (70g) Sałata  Rzodkiew biała  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)**  Polędwica sopocka (70g)  Sałata  Rzodkiew biała  Herbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Sałata  Rzodkiew biała  Herbata 200 ml | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Ser topiony (10g) **(MLE)** Polędwica sopocka (70g)  Sałata  Rzodkiew biała  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  Rzodkiew biała  Herbata 200 ml |
| **KOLACJA II** | Kefir 150 ml (MLE) | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  | | **DIETA OGÓLNA** | | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | | | **CUKRZYCOWA** | | | **WĄTROBOWA** | | | | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **CZWARTEK**  **04.07.2024 r** | | **ŚNIADANIE** | | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**  Bułka pszenna 1 szt. Pieczywo razowe 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (50g)  Twarożek z rzodkiewką (30g) MLE  Sałata  Kiełki rzodkiewki  Kawa zbożowa 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)**  Polędwica sopocka (50g)  Twarożek z rzodkiewką (30g) MLE  Sałata  Kiełki rzodkiewki  Kawa zbożowa 200 ml | | | Pieczywo razowe 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (50g )  Twarożek z rzodkiewką (30g) MLE  Sałata  Kiełki rzodkiewki  Kawa zbożowa 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)**  Polędwica sopocka (50g)  Twarożek z rzodkiewką (30g) MLE  Sałata  Kiełki rzodkiewki  Kawa zbożowa 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)**  Twarożek z rzodkiewką (30g) MLE  Sałata  Kiełki rzodkiewki  Kawa zbożowa 200 ml |
|  | | **II Śniadanie** | | Banan 1 szt. | | | | | Jabłko 1 szt. | | | Banan 1 szt. | | | | |
|  | | OBIAD | | Zupa krupnik 300 ml **(SEL, GLU,PSZE)**  Pulpet z szynki w sosie koperkowym (100 g)  Ziemniaki (150g)  Surówka wielowarzywna (100g) **(MLE)**  Woda z cytryną 200 ml | | Zupa krupnik 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Pulpet z szynki w sosie koperkowym (100 g)  Ziemniaki (150g)  Surówka wielowarzywna (100g) (MLE)  Woda z cytryną 200 ml | | | Zupa krupnik 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Pulpet z szynki w sosie koperkowym (100 g)  Ziemniaki (150g)  Surówka wielowarzywna (100g) (MLE)  Woda z cytryną 200 ml | | | Zupa krupnik 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Pulpet z szynki w sosie koperkowym (100 g)  Ziemniaki (150g)  Surówka wielowarzywna (100g) (MLE)  Woda z cytryną 200 ml | | | | Zupa krupnik 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Pulpet z szynki w sosie koperkowym (100 g)  Ziemniaki (150g)  Surówka wielowarzywna (100g) (MLE)  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 z warzywami (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)**  Polędwica z warzywami (70g),  Ogórek zielony  sałata  Herbata 200 ml | | | Chleb razowy 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica z warzywami (70g),  Ogórek zielony (Sałata  Herbata 200 ml | | | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica z warzywami (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)**  Polędwica drobiowa warzywami (70g)  Twaróg 30 g **(MLE)**  Ogórek zielony  Sałata  Herbata 200 ml |
|  | | KOLACJA II | | Jogurt 100 ml (MLE) | | | | | | | | | | | | |
| **PIĄTEK 05.07.2024 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)**  Ser żółty (50g) (MLE)  Paprykarz ½ szt.  Pomidorki  Sałata  Szczypiorek  Kawa zbożowa 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)**  Ser żółty (50g) (MLE)  Paprykarz ½ szt.  Pomidorki  Sałata  Szczypiorek  Kawa zbożowa 200 ml | | | Pieczywo razowe 3 szt.**(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Ser żółty (50g) (MLE)  Paprykarz ½ szt.  Pomidorki  Sałata  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)**  Ser żółty (50g) (MLE)  Paprykarz ½ szt.  Pomidorki  Sałata  Szczypiorek  Kawa zbożowa 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)**  Ser żółty (50g) (MLE)  Drzem owocowy 10 g  Paprykarz ½ szt.  Pomidorki  Sałata  Szczypiorek  Kawa zbożowa 200 ml | |
| **II ŚNIADANIE** | | | Wafelki „Grześki” 1 szt. | | | | | Jogurt naturalny 100 g (MLE) | | | Wafelki „Grześki” 1 szt. | | | |
| **OBIAD** | | | Zupa grysikowa 300 ml **(SEL, GLU,PSZE)**  Kotlety rybne ( **RYB, JAJ, GLU,PSZE,)**  Ziemniaki (150g)  Surówka z kapusty kiszonej (100 g)  Woda z cytryną 200 ml | | Zupa grysikowa 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Kotlety rybne ( RYB, JAJ, GLU,PSZE,)  Ziemniaki (150g)  Surówka z marchewki i jabłka (100 g)  Woda z cytryną 200 ml | | | Zupa grysikowa 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Kotlety rybne ( RYB, JAJ, GLU,PSZE,)  Ziemniaki (150g)  Surówka z kapusty kiszonej (100 g)  Woda z cytryną 200 ml | | | Zupa grysikowa 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Jajko na parze (JAJ)  Ziemniaki (150g)  Surówka z marchewki i jabłka (100 g)  Woda z cytryną 200 ml | | Zupa grysikowa 300 ml (SEL, GLU,PSZE)  Kotlety rybne ( RYB, JAJ, GLU,PSZE,)  Ziemniaki (150g)  Surówka z kapusty kiszonej (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)**  Pasztet wieprzowy (70g)  Ogórek kiszony  Sałata  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)**  Pasztet wieprzowy (70g)  Ogórek kiszony  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml | | | Chleb razowy 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Pasztet wieprzowy (70g)  Ogórek kiszony  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml | | | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Pasztet wieprzowy (70g)  Ogórek kiszony  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml | | Chleb mieszany pszenny 1 razowy 2 szt **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Pasztet wieprzowy (70g)  Ogórek kiszony  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml | |
| **KOLACJA II** | | | Jogurt 100 ml (MLE) | | | | | | | | | | | |
| **SOBOTA 06.05.2024** |  | | **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)**  Ser żółty (30g) (MLE)  Szynka wieprzowa (50g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | | | | | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**  Pieczywo mieszane pszenne 1 , razowe 2 szt.**(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Ser żółty (30g) (MLE)  Szynka wieprzowa (50g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml | | | Pieczywo - razowe 3 szt.**(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka wieprzowa (50g)  Ser żółty (30g) (MLE)  Szynka wieprzowa (50g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  Herbata z cytryną 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 wieprzowa (50)  Ser żółty (30g) (MLE)  Szynka wieprzowa (50g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  Herbata z cytryną 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 wieprzowa (50)  Ser żółty (30g) (MLE)  Szynka wieprzowa (50g)  Sałata  Pomidor  Czarnuszka  Herbata z cytryną 200 ml |
| **II ŚNIADANIE** | | Jabłko 1 szt. | | | | | | | | | | | | | |
| OBIAD | | Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (SEL)  Leczo warzywne 100 g  Ryż 150 g  Woda z cytryną 200 ml | | | | | Zupa ziemniaczana (SEL)  Leczo warzywne 100 g  Ryż 150 g  Woda z cytryną 200 ml | | | Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (SEL)  Leczo warzywne 100 g  Ryż 150 g  Woda z cytryną 200 ml | | | Zupa ziemniaczana (SEL)  Leczo warzywne 100 g  Ryż 150 g  Woda z cytryną 200 ml | | Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (SEL)  Leczo warzywne 100 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)**  Polędwica sopocka 70 g  Ogórek kiszony  Sałata  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  Ogórek kiszony  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml | | | Chleb razowy 3 szt g **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g) )  Ogórek kiszony  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml | | | Chleb pszenny 3 szt. **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Ogórek kiszony  Sałata  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)  Ogórek kiszony  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml |
| **KOLACJA II** | | Sok owocowy 100% 100 ml | | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NIEDZIELA 06.07.2024** |  | **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 1 szt.  Indyk faszerowany (50g)  Sałata  Pomidor  Szczypiorek  Kawa zbożowa z mlekiem 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.  Indyk faszerowany (50g)  Sałata  Pomidor  Szczypiorek  Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml | Chleb razowy 3 szt. **(GLU,PSZ**), Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (**MLE)**  Ser żółty (30)(MLE)  Indyk faszerowany (50g)  Sałata  Pomidor  Szczypiorek  Kawa zbożowa z mlekiem 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.  Indyk faszerowany (50g)  Sałata  Pomidor  Szczypiorek  Kawa zbożowa z mlekiem 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.  Indyk faszerowany (50g)  Sałata  Pomidor  Szczypiorek  Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Wafelki „Grześki” 1 szt. | | Jabłko 1 szt. | Wafelki „Grześki” 1 szt. | | |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem (SEL, GLU, PSZE)  Pulpety z szynki w sosie jarzynowym  Ziemniaki (150g),  Surówka 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Rosół z makaronem (SEL, GLU, PSZE)  Pulpety z szynki w sosie jarzynowym  Ziemniaki (150g),  Surówka 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Rosół z makaronem (SEL, GLU, PSZE)  Pulpety z szynki w sosie jarzynowym  Ziemniaki (150g),  Surówka 100 g  Woda z cytryną 250 ml | | Rosół z makaronem (SEL, GLU, PSZE)  Pulpety z szynki w sosie jarzynowym  Ziemniaki (150g),  Surówka 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Rosół z makaronem (SEL, GLU, PSZE)  Pulpety z szynki w sosie jarzynowym  Ziemniaki (150g),  Surówka 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)**  Szynkowa drobiowa (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)**  Szynkowa drobiowa (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)**  Szynkowa drobiowa (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 | Wafle ryżowe 2 szt. | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK**  **08.07.2024** |  | **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**),  Pieczeń wieprzowa (50g)  Twaróg śmietankowy (20g) (MLE)  Ogórek zielony  Sałata  Szczypiorek  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**  Pieczeń wieprzowa (50g)  Twaróg śmietankowy (20g) (MLE)  Ogórek zielony  Sałata  Szczypiorek  Herbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZ)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE),**  Pieczeń wieprzowa (50g)  Twaróg śmietankowy (20g) (MLE)  Ogórek zielony  Sałata  Szczypiorek  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),**  Pieczeń wieprzowa (50g)  Twaróg śmietankowy (20g) (MLE)  Ogórek zielony  Sałata  Szczypiorek  Herbata 200 ml | Pieczywo mieszane pszenne 1 sz razowe 2 szt **( (GLU, PSZ)** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. (MLE),  Pieczeń wieprzowa (50g)  Twaróg śmietankowy (20g) (MLE)  Ogórek zielony  Sałata  Szczypiorek  Herbata 200 ml |
| **II ŚNIADANIA** | Jogurt 100 g (MLE) | | | | |
| **OBIAD** | Zupa jarzynowa 300 ml **(SEL),**  Sos boloński z makaronem 150 g **(MLE, GLU, PSZE)**  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ziemniaczana zabielana 300 ml (SEL, MLE),  Potrawka z mięsa wieprzowego z makaronem 150 g (MLE, GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa jarzynowa 300 ml (SEL),  Sos boloński z makaronem 150 g (MLE, GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa jarzynowa 300 ml (SEL),  Potrawka z mięsa wieprzowego z makaronem 150 g (MLE, GLU, PSZE)  Woda z cytryną 250 ml | Zupa jarzynowa 300 ml (SEL),  Sos boloński z makaronem 150 g (MLE, GLU, PSZE)  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  Rzepa biała  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  Rzepa biała  Herbata 200 ml | Chleb razowy 3 szt **(GLU, PSZE)**  Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Sałata  Rzepa biała  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  Rzepa biała  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  Rzepa biała  Herbata 200 ml |
| **KOLACJA II** | Sok warzywno – owocowy 100 ml | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **WTOREK**  **09.07.2024** |  | **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)**  Szynka konserwowa (50g)  Miód 1szt. .  Ogórek zielony  Sałata  Oliwki  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)**  Szynka konserwowa (50g)  Miód 1szt. .  Ogórek zielony  Sałata  Oliwki  Herbata 200 ml | Pieczywo razowe 3 szt **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Szynka konserwowa (50g)  Jajko gotowane 1 szt.  Ogórek zielony  Sałata  Oliwki  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)**  Szynka konserwowa (50g)  Miód 1szt. .  Ogórek zielony  Sałata  Oliwki  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)**  Jajko gotowane 1 szt (JAJ)  Miód 1szt. .  Ogórek zielony  Sałata  Oliwki  Herbata 200 ml |
| **II ŚNIADANIA** | Jogurt 80 ml (MLE) | | | | |
| **OBIAD** | Barszcz z makaronem 300 ml **(SEL, GLU, PSZE)**  Wątróbka smażona z cebulką 100 g  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g  Woda z cytryną 200 ml | Rosół z makaronem 300 ml (SEL)  Udko gotowane w sosie koperkowym 100 g (MLE, GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z marchewki i jabłka 100 g  Woda z cytryną 200 ml | Barszcz z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Wątróbka smażona z cebulką 100 g  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g  Woda z cytryną 200 ml | Rosół z makaronem 300 ml (SEL)  Udko gotowane w sosie koperkowym 100 g (MLE, GLU, PSZE)  Ziemniaki 150 g  Surówka z marchewki i jabłka 100 g  Woda z cytryną 200 ml | Barszcz z makaronem 300 ml (SEL, GLU, PSZE)  Wątróbka smażona z cebulką 100 g  Ziemniaki 150 g  Surówka z warzyw mieszanych 100 g  Woda z cytryną 200 ml |
| **KOLACJA** | Pieczywo mieszane pszenne 1 szt. - razowe 2 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Pomidor  Sałata  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)**  Polędwica sopocka (70g)  Pomidor  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml | Pieczywo razowe 3 szt. **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Pomidor  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml | Pieczywo pszenne 3 szt, **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Pomidor  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml | Pieczywo mieszane pszenno - razowe 80g **(GLU,PSZ),** Margaryna o zawartości ¾ tłuszczu (60%) 10g, 1 szt. **(MLE)**  Polędwica sopocka (70g)  Pomidor  Sałata  Herbata z cytryną 200 ml |
| **KOLACJA II** | Arbuz | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ŚRODA 10.07.2024** |  | **DIETA OGÓLNA** | **DIETA ŁATWOSTRAWNA** | **CUKRZYCOWA** | **WĄTROBOWA** | **WYSOKOKALORYCZNA** |
| **ŚNIADANIA** | Zupa mleczna wg zamówienia 400 ml, **(GLU, PSZ, MLE)**  Szynkowa wieprzowa (50g)  Dżem truskawkowy 1 szt.  Pomidor  Sałata  Czarnuszka  Kawa zbożowa z mlekiem 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)**  Szynkowa wieprzowa (50g)  Dżem truskawkowy 1 szt.  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)**  Szynkowa wieprzowa (50g)  Ser żółty 30 g (MLE)  Pomidor  Sałata  Czarnuszka  Kawa zbożowa z mlekiem 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)**  Szynkowa wieprzowa (50g)  Dżem truskawkowy 1 szt.  Pomidor  Sałata  Czarnuszka  Kawa zbożowa z mlekiem 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 truskawkowy 1 szt.  Pomidor  Sałata  Czarnuszka  Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml |
| **II ŚNIADANIE** | Drożdżówka 1 szt. (GLU, PSZE) | | Jabłko 1 szt. | Drożdżówka 1 szt. (GLU, PSZE) | |
| **OBIAD** | Zupa kalafiorowa 300 ml **(SEL)**  Kotlety rybne 100 g (RYB, JAJ, GLU, PSZE, SEL)  Ziemniaki 150 g  Surówka z kapusty kiszonej 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Zupa ziemniaczana 300 ml (SEL)  Kotlety rybne 100 g (RYB, JAJ, GLU, PSZE, SEL)  Ziemniaki 150 g  Surówka z marchewki i jabłka 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Zupa kalafiorowa 300 ml (SEL)  Kotlety rybne 100 g (RYB, JAJ, GLU, PSZE, SEL)  Ziemniaki 150 g  Surówka z kapusty kiszonej 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Zupa kalafiorowa 300 ml (SEL)  Jajko na parze 1 szt. (JAJ)  Ziemniaki 150 g  Surówka z marchewki i jabłka 100 g  Woda z cytryną 250 ml | Zupa kalafiorowa 300 ml (SEL)  Kotlety rybne 100 g (RYB, JAJ, GLU, PSZE, SEL)  Ziemniaki 150 g  Surówka z kapusty kiszonej 100 g  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 sopocka (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 sopocka (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 sopocka (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 sopocka (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)  Paprykarz (RYB)  Rukola (30g)  Ogórek zielony (20g)  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