

PONIEDZIAŁEK 23.10.2023 r.

	TEMP.	DIETA OGÓLNA	DIETA ŁATWO STRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	CUKRZYCA CIĘŻARNYCH	CUKRZYCOWA
ŚNIADANIE		Musli na mleku 300 ml (PSZENICA)	Musli na mleku 300 ml (PSZENICA)	Musli na mleku 300 ml (PSZENICA)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Jajko gotowane z majonezem 2 sztuka (GORCZYCA)	Jajko gotowane 2szt. sos jogurtowo – koperkowy (MLEKO)	Pierś z kurczaka 50 g (SOJA)	Jajko gotowane 2 szt. sos jogurtowo – koperkowy (MLEKO)	Jajko gotowane 2 szt. sos jogurtowo – koperkowy (MLEKO)
		Pomidor 50g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50g, Sałata 30g	Pomidor 50 g, Sałata 30g	Pomidor 50 g, Sałata 30g
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
OBIAD		Zupa brokułowa 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa brokułowa 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa brokułowa 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa brokułowa 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa brokułowa 350 ml (SELER, MLEKO)
		Pierogi z mięsem gotowane 8 szt. (JAJA, PSZENICA, SELER, MLEKO)	Pierogi z mięsem gotowane 8 szt. (JAJA, PSZENICA, SELER, MLEKO)	Pierogi z mięsem gotowane 8 szt. (JAJA, PSZENICA, SELER, MLEKO)	Pierogi z mięsem gotowane 8 szt. (JAJA, PSZENICA, SELER, MLEKO)	Pierogi z mięsem gotowane 5 szt. (JAJA, PSZENICA, SELER, MLEKO)
		Surówka z marchewki i jabłka 150 g	Surówka z marchewki i jabłka 150 g	Surówka z marchewki i jabłka 150 g	Surówka z marchewki i jabłka 150 g	Surówka z marchewki i jabłka 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK				Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)		
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka hetmańska 60 g	Szynka hetmańska 60 g	Szynka hetmańska 60 g	Szynka hetmańska 60 g	Szynka hetmańska 60 g
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Papryka 50 g, Sałata 50g	Pomidor 50g Sałata 30 g	Pomidor 50g Sałata 30 g	Papryka 50 g, Sałata 30 g	Papryka 50 g, Sałata 30 g
		Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml
II KOLACJA				Serek wiejski 1 szt. (MLEKO)		

ŚNIADANIE	TEMP.	DIETA OGÓLNA	DIETA ŁATWO STRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	CUKRZYCA CIĘŻARNYCH	CUKRZYCOWA
			Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLEKO)	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLEKO)	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Pieczeń z indyka 60 g (SELER, JAJA)	Pieczeń z indyka 60 g (SELER, JAJA)	Pieczeń z indyka 60 g (SELER, JAJA)	Pieczeń z indyka 60 g (SELER, JAJA)	Pieczeń z indyka 60 g (SELER, JAJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Rzodkiewka 50 g, Pomidor 50g	Pomidor bez skórki 100 g	Pomidor bez skórki 100g	Rzodkiewka 50 g, Pomidor 50 g	Rzodkiewka 50 g, Pomidor 50 g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE					Kanapka razowa z serkiem śmietankowym 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
OBIAD		Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml (SELER, MLEKO)
		Kotlet mielony pieczony 100 g (JAJA, PSZENICA, MLEKO)	Kotlet mielony pieczony 100 g (JAJA, PSZENICA, MLEKO)	Kotlet mielony pieczony 100 g (JAJA, PSZENICA, MLEKO)	Kotlet mielony pieczony 100 g (JAJA, PSZENICA, MLEKO)	Kotlet mielony pieczony 100 g (JAJA, PSZENICA, MLEKO)
		Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g
		Surówka z czerwonej kapusty 150 g	Fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLEKO)	Fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLEKO)	Surówka z czerwonej kapusty 150 g	Surówka z czerwonej kapusty 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka z kurczaka 60 g (SOJA)	Szynka z kurczaka 60 g (SOJA)	Szynka z kurczaka 60 g (SOJA)	Szynka z kurczaka 60 g (SOJA)	Szynka z kurczaka 60 g (SOJA)
		Ogórek kiszony 60 g (GORCZYCA), Sałata 30 g	Sałata 30 g, Pomidor 50g	Sałata 30 g, Pomidor 50g	Ogórek kiszony 60 g (GORCZYCA), Sałata 30 g	Ogórek kiszony 60 g (GORCZYCA), Sałata 30 g
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Jabłko 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
		Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa b/c 250 ml	Herbata owocowa b/c 250 ml
II KOLACJA					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	

ŚRODA 25.10.2023 r.

ŚRODA 25.10.2023 r.						
ŚNIADANIE	TEM P.	DIETA OGÓLNA	DIETA ŁATWO STRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	CUKRZYCA CIĘŻARNYCH	CUKRZYCOWA
		Płatki jęczmienne na mleku 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Pasztet drobiowy 70 g (MLEKO, PSZENICA, SOJA)	Szynka drobiowa 60g (SOJA)	Szynka drobiowa 60g (SOJA)	Szynka drobiowa 60g (SOJA)	Szynka drobiowa 60g (SOJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Ogórek 50 g, Pomidor 50g	Pomidor bez skóry 100g	Pomidor bez skóry 100g	Ogórek 50 g, Pomidor 50 g	Ogórek 50 g, Pomidor 50 g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
OBIAD		Barszcz biały 350 ml (SELER, MLEKO)	Barszcz biały 350 ml (SELER, MLEKO)	Barszcz biały 350 ml (SELER, MLEKO)	Barszcz biały 350 ml (SELER, MLEKO)	Barszcz biały 350 ml (SELER, MLEKO)
		Gulasz a'la po węgiersku z warzywami 350 g (SELER)	Gulasz a'la po węgiersku z warzywami 350 g (SELER)	Gulasz a'la po węgiersku z warzywami 350 g (SELER)	Gulasz a'la po węgiersku z warzywami 350 g (SELER)	Gulasz a'la po węgiersku z warzywami 350 g (SELER)
		Kasza gryczana 180 g	Kasza jęczmienna drobna 180 g	Kasza jęczmienna drobna 180 g	Kasza gryczana 150 g	Kasza gryczana 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Twarożek z rzodkiewką 100 g (MLEKO)	Twarożek z ziołami 100 g (MLEKO)	Twarożek z ziołami 100 g (MLEKO)	Twarożek z rzodkiewką 100 g (MLEKO)	Twarożek z rzodkiewką 100 g (MLEKO)
		Dżem 30g	Dżem 30g	Dżem 30g		
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Papryka 50 g, Sałata 30g	Sałata 30 g, Pomidor 50g	Sałata 30 g, Pomidor 50g	Papryka 50 g, Sałata 30 g	Papryka 50 g, Sałata 30 g
		Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa b/c 250 ml	Herbata ziołowa b/c 250 ml
II KOLACJA					Kanapka razowa z serem żółtym 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	

ŚNIADANIE	TEMP.	DIETA OGÓLNA	DIETA ŁATWO STRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	CUKRZYCA CIĘŻARNYCH	CUKRZYCOWA
			Płatki owsiane na mleku 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka wiejska 60 g (SOJA)	Szynka wiejska 60 g (SOJA)	Szynka wiejska 60 g (SOJA)	Szynka wiejska 60 g (SOJA)	Szynka wiejska 60 g (SOJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Rzodkiewka 50g, Pomidor 50g	Pomidor bez skóry 100g	Pomidor bez skóry 100g	Rzodkiewka 50g, Pomidor 50g	Rzodkiewka 50g, Pomidor 50g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
OBIAD		Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml (SELER, MLEKO)	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml (SELER, MLEKO)
		Filet z kurczaka soute 100 g (PSZENICA)	Filet z kurczaka soute 100 g (PSZENICA)	Filet z kurczaka soute 100 g (PSZENICA)	Filet z kurczaka soute 100 g (PSZENICA)	Filet z kurczaka soute 100 g (PSZENICA)
		Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g
		Surówka z pora 150 g (MLEKO, GORCZYCA)	Mieszanka warzyw gotowanych 150 g	Mieszanka warzyw gotowanych 150 g	Surówka z pora 150 g (MLEKO, GORCZYCA)	Surówka z pora 150 g (MLEKO, GORCZYCA)
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Pasta z makreli i jajka 100 g (GORCZYCA, MLEKO, JAJA)	Pasta z makreli i jajka 100 g (MLEKO, JAJA)	Szynka z indyka 50 g	Pasta z makreli i jajka 100 g (GORCZYCA, MLEKO, JAJA)	Pasta z makreli i jajka 100 g (GORCZYCA, MLEKO, JAJA)
		Ogórek kiszony 60 g (GORCZYCA), Sałata 30g	Sałata 30 g, Pomidor 50g	Sałata 30 g, Pomidor 50g	Ogórek kiszony 60 g (GORCZYCA), Sałata 30 g	Ogórek kiszony 60 g (GORCZYCA), Sałata 30 g
		Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml
II KOLACJA					Serek wiejski 1 szt. (MLEKO)	

ŚNIADANIE	TEMP	DIETA OGÓLNA	DIETA ŁATWO STRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	CUKRZYCA CIĘŻARNYCH	CUKRZYCOWA
			Ryż na mleku 300 ml	Ryż na mleku 300 ml	Ryż na mleku 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Bułka pszenna 1 szt. (PSZENICA)	Bułka pszenna 1 szt. (PSZENICA)	Bułka pszenna 1 szt. (PSZENICA)	Bułka żytnia 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO)	Bułka żytnia 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO)
		Twaróg 100 g (MLEKO)	Twaróg 100 g (MLEKO)	Twaróg 100 g (MLEKO)	Twaróg 100 g (MLEKO)	Twaróg 100 g (MLEKO)
		Miód 2 szt, Rzodkiewka 50g	Miód 2 szt, Pomidor 50g	Miód 2 szt, Pomidor 50g	Rzodkiewka 50 g, Pomidor 50g	Rzodkiewka 50 g, Pomidor 50g
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
OBIAD		Zupa wiejska 350 ml (PSZENICA, JAJA)	Zupa wiejska 350 ml (PSZENICA, JAJA)	Zupa wiejska 350 ml (PSZENICA, JAJA)	Zupa wiejska 350 ml (PSZENICA, JAJA)	Zupa wiejska 350 ml (PSZENICA, JAJA)
		Pulpet rybny 100 g (JAJA, PSZENICA)	Pulpet rybny 100 g (JAJA, PSZENICA)	Pulpet rybny 100 g (JAJA, PSZENICA)	Pulpet rybny 100 g (JAJA, PSZENICA)	Pulpet rybny 100 g (JAJA, PSZENICA)
		Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g
		Marchewka gotowana z groszkiem al dente 150 g (MLEKO, PSZENICA)	Marchewka gotowana 150 g (MLEKO)	Marchewka gotowana 150 g (MLEKO)	Marchewka ugotowana al dente 150 g (MLEKO)	Marchewka ugotowana al dente 150 g (MLEKO)
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka biała 60 g (SOJA)	Szynka biała 60 g (SOJA)	Szynka biała 60 g (SOJA)	Szynka biała 60 g (SOJA)	Szynka biała 60 g (SOJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Ogórek 50 g, Pomidor 50g	Pomidor 50g Sałata 30 g	Pomidor 50g Sałata 30 g	Ogórek 50 g, Pomidor 50g	Ogórek 50 g, Pomidor 50g
		Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Śliwki 2 szt.	Śliwki 2 szt.
		Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa b/c 250 ml	Herbata owocowa b/c 250 ml
II KOLACJA					Kanapka razowa z serem żółtym 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	

SOBOTA 28.10.2023 r.

ŚNIADANIE	TEMP.	DIETA OGÓLNA	DIETA ŁATWO STRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	CUKRZYCA CIĘŻARNYCH	CUKRZYCOWA
			Płatki jaglane na mleku 300 ml	Płatki jaglane na mleku 300 ml	Płatki jaglane na mleku 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Szynka sopocka 60 g (SOJA)	Szynka sopocka 60 g (SOJA)	Szynka sopocka 60 g (SOJA)	Szynka sopocka 60 g (SOJA)	Szynka sopocka 60 g (SOJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Pomidor 50 g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50g, Sałata 30g	Pomidor 50 g, Sałata 30g	Pomidor 50 g, Sałata 30g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE					Kanapka razowa z jajkiem 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO, JAJA)	
OBIAD		Zupa koperkowa 350 ml (SELER)	Zupa koperkowa 350 ml (SELER)	Zupa koperkowa 350 ml (SELER)	Zupa koperkowa 350 ml (SELER)	Zupa koperkowa 350 ml (SELER)
		Pierś z kurczaka z warzywami po meksykańsku 250 g (SELER)	Pierś z kurczaka z łagodnymi warzywami po meksykańsku 250 g (SELER)	Pierś z kurczaka z łagodnymi warzywami po meksykańsku 250 g (SELER)	Pierś z kurczaka z warzywami po meksykańsku 250 g (SELER)	Pierś z kurczaka z warzywami po meksykańsku 250 g (SELER)
		Ryż 180 g	Ryż 180 g	Ryż 180 g	Ryż al dente 150 g	Ryż al dente 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK				Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)		
KOLACJA		Chleb pszenny 50 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 50 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 50 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i szynką 250 g (PSZENICA)	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i szynką 250 g (PSZENICA)	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i szynką 250 g (PSZENICA)	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i szynką 250 g (PSZENICA)	Salatka z kaszą bulgur, suszonymi pomidorami i szynką 250 g (PSZENICA)
		Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa b/c 250 ml	Herbata ziołowa b/c 250 ml
II KOLACJA				Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)		

NIEDZIELA 29.10.2023 r.

ŚNIADANIE	TEMP	DIETA OGÓLNA	DIETA ŁATWO STRAWNA	DIETA WĄTROBOWA	CUKRZYCA CIĘŻARNYCH	CUKRZYCOWA
			Płatki kukurydziane na mleku 300 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml	Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO)
		Chleb pszenny 50 g + chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 75 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 60 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g (JAJA, MLEKO)	Jajecznica na parze 100 g (JAJA)	Jajecznica z białek na parze 100 g (JAJA)	Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g (JAJA)	Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g (JAJA)
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Ogórek kiszony 50 g (GORCZYCA), Pomidor 50 g	Pomidor bez skóry 100 g	Pomidor bez skóry 100 g	Ogórek kiszony 50 g (GORCZYCA), Pomidor 50 g	Ogórek kiszony 50 g (GORCZYCA), Pomidor 50 g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE					Kanapka razowa z serem białym 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
OBIAD		Krupnik 350 ml (SELER)	Krupnik 350 ml (SELER)	Krupnik 350 ml (SELER)	Krupnik 350 ml (SELER)	Krupnik 350 ml (SELER)
		Kotlet pożarski pieczony 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)	Kotlet pożarski pieczony 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)	Kotlet pożarski pieczony 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)	Kotlet pożarski pieczony 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)	Kotlet pożarski pieczony 100 g (PSZENICA, MLEKO, JAJA)
		Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki 180 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g	Ziemniaki gotowane w całości 150 g
		Surówka z buraczków 150 g	Surówka z buraczków 150 g	Surówka z buraczków 150 g	Surówka z buraczków i cebulką 150 g	Surówka z buraczków i cebulką 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK					Kanapka razowa z wędliną 1 szt. (PSZENICA, ŻYTO, MLEKO)	
KOLACJA		Chleb pszenny 75 g + Chleb mieszany 30 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb pszenny 100 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)	Chleb razowy 90 g (PSZENICA, ŻYTO)
		Serdelek drobiowy 70 g (SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SELER)	Szynka z indyka 60 g (SOJA)	Szynka z indyka 60 g (SOJA)	Szynka z indyka 60 g (SOJA)	Szynka z indyka 60 g (SOJA)
		Ketchup 10 g				
		Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)	Margaryna miękka kubkowa 10 g	Masło 10 g (MLEKO)	Masło 10 g (MLEKO)
		Papryka 50 g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50 g, Sałata 30g	Pomidor bez skóry 50 g, Sałata 30g	Papryka 50 g, Sałata 30g	Papryka 50 g, Sałata 30g
		Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata 250 ml	Herbata b/c 250 ml	Herbata b/c 250 ml
II KOLACJA					Serek wiejski 1 szt. (MLEKO)	