

ZIMA

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, jajo sadzone 1 szt., sałata ±15g (3szt.)

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, jajo gotowane 1 szt., sałata ±15g (3szt.)

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, jajo gotowane 1 szt., sałata ±15g (3szt.)

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, jajo gotowane 1 szt., sałata ±15g (3szt.)

Śniadanie II

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1 szt.

Obiad

Zwykła: zupa koperkowa ±350ml, pieczeń rzymska ±90g, ziemniaki ±200g, sałatka z buraków ±150g

Lekkostrawna: zupa koperkowa ±350ml, pieczeń rzymska ±90g, ziemniaki ±200g, sałatka z buraków ±150g

Cukrzycowa: zupa koperkowa ±350ml, pieczeń rzymska ±90g, ziemniaki ±200g, sałatka z buraków ±150g

Wegetariańska: zupa koperkowa ±350ml, placki ziemniaczane ±250g (3szt.)

Podwieczorek

Cukrzycowa: serek homogenizowany ±150g

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet drobiowy ±90g, ketchup ±20g

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet drobiowy ±90g, ketchup ±20g

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet drobiowy ±90g, jabłko 1 szt.

Wegetariański: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet sojowy ±90g, ketchup ±20g

ZIMA

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło rośl. ±15g, pasta z makreli z ogórkiem i kukurydzą ±80g

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło rośl. ±15g, wędlina ±50g, jabłko pieczone 1szt.

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło rośl. ±15g, wędlina ±50g, jabłko pieczone 1szt.

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło rośl. ±15g, ser żółty ±50g, jabłko pieczone 1szt.

Śniadanie II

Cukrzycowa: surówka z marchwi i jabłka ±150g

Obiad

Zwykła: zupa ziemniaczana±350ml, wątroba duszona ±90g w sosie własnym ±150g, ziemniaki ±200g, surówka wielowarzywna ±130g

Lekkostrawna: zupa ziemniaczana±350ml, wątroba gotowana ±90g w sosie ±150g, ziemniaki ±200g, surówka wielowarzywna ±130g

Cukrzycowa: zupa ziemniaczana±350ml, wątroba gotowana ±90g w sosie ±150g, ziemniaki ±200g, surówka wielowarzywna ±130g

Wegetariańska: zupa ziemniaczana±350ml, kotlet schabowy sojowy ±90g w sosie ±150g, ziemniaki ±200g, surówka wielowarzywna ±130g

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1 szt.

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, twarożek ±100g, rzodkiewka ±30g

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, twarożek ±100g, rzodkiewka ±30g

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, twarożek ±100g, rzodkiewka ±30g

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, twarożek ±100g, rzodkiewka ±30g

ZIMA

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±50g, mandarynka 1szt

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±50g, mandarynka 1szt

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±50g, mandarynka 1szt

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, marmolada ±60g, mandarynka 1szt

Śniadanie II

Cukrzycowa: sok pomidorowy ±300ml

Obiad

Zwykła: zupa jarzynowa ±350ml, makaron ±200g, z twarogiem ±100g

Lekkostrawna: zupa jarzynowa ±350ml, makaron ±200g, z twarogiem ±100g

Cukrzycowa: zupa jarzynowa ±350ml, makaron ±200g, z twarogiem ±100g

Wegetariańska: zupa jarzynowa ±350ml, makaron ±200g, z twarogiem ±100g

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1 szt.

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, konserwa rybna ±90g, ogórek kiszony ±30g

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, polędwica ±50g, ogórek kiszony ±30g

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, polędwica ±50g, ogórek kiszony ±30g

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, ser żółty ±50g, ogórek kiszony ±30g

ZIMA

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, parówka na gorąco ±90g, musztarda ±20g

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, parówka na gorąco ±90g, musztarda ±20g

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, parówka na gorąco ±90g, jabłko 1szt.

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, ser biały ±60g, jabłko 1szt.

Śniadanie II

Cukrzycowa: kanapka z białym serem 1szt.

Obiad

Zwykła: krupnik ±350ml, gołąbek ±180g w sosie pomidorowym ±150g, ziemniaki ± 200g

Lekkostrawna: krupnik ±350ml, pulpet w/p ±90g w sosie pomidorowym ±150g, ziemniaki ± 200g, surówka z selera ±130g

Cukrzycowa: krupnik ±350ml, pulpet w/p ±90g w sosie pomidorowym ±150g, ziemniaki ± 200g, surówka z selera ±130g

Wegetariańska: krupnik ±350ml, pulpet sojowy ±90g w sosie pomidorowym ±150g, ziemniaki ± 200g, surówka z selera ±130g

Podwieczorek

Cukrzycowa: serek homogenizowany naturalny ± 150g

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, dżem ±50g, banan 1szt

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, dżem ±50g, banan 1szt

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, mus z jabłka ±50g, banan 1szt

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, dżem ±50g, banan 1szt

ZIMA

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, szynkówka ±50g, ćwikła z jabłkiem ± 50g

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, szynkówka ±50g, ćwikła z jabłkiem ± 50g

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, szynkówka ±50g, ćwikła z jabłkiem ± 50g

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet ±60g, ćwikła z jabłkiem ± 50g

Śniadanie II

Cukrzycowa: wafle ryżowe 3szt.

Obiad

Zwykła: rosół z makaronem ±350ml, udo drobiowe ±140g w sosie własnym ±150g, ziemniaki ±200g, marchewka z groszkiem 150g

Lekkostrawna: rosół z makaronem ±350ml, udo drobiowe ±140g w sosie własnym ±150g, ziemniaki ±200g, marchewka z groszkiem 150g

Cukrzycowa: rosół z makaronem ±350ml, udo drobiowe ±140g w sosie własnym ±150g, ziemniaki ±200g, surówka z marchewki i jabłek ±150g

Wegetariańska: kasza manna na wywarze ±350ml, ryż ±200g, mus z jabłek ±150g

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i ogórkiem kiszonym 1szt.

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, ser żółty ±60g, papryka konserwowa ±30g

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, ser biały ±100g, jabłko 1szt.

Cukrzycowa: herbata 300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, ser biały ±100g, jabłko 1szt.

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, ser biały ±100g, jabłko 1szt.

ZIMA

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, salceson ±70g, chrzan±20g.

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, szynka ±50g, sałata ±15g (3szt.)

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, szynka ±50g, sałata ±15g (3szt.)

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, jajo gotowane 1 szt., sałata ±15g (3szt.)

Śniadanie II

Cukrzycowa: mus z jabłkiem ±150g

Obiad

Zwykła: barszcz czerwony zabieleny ±350ml, stek wieprzowy ±90g z cebulą ± 20g, ziemniaki ±200g, surówka z kiszonej kapusty ±150g

Lekkostrawna: barszcz czerwony zabieleny ±350ml, bitka gotowana ±90g, ziemniaki ±200g, sałata z jogurtem ±50g.

Cukrzycowa: barszcz czerwony zabieleny ±350ml, bitka gotowana ±90g, ziemniaki ±200g, surówka z kiszonej kapusty ±150g

Wegetariańska: barszcz czerwony zabieleny ±350ml, risotto ±300g

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1 szt.

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, sałatka śledziowa z warzywami ±100g

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasta rybna ±60g, ogórek kiszony ±30g

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, pasta rybna ±60g, ogórek kiszony ±30g

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet sojowy ±60g, ogórek kiszony ±30g

ZIMA

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, kiełbasa śląska ±60g, ogórek kiszony ±30g

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, parówka drobiowa 1szt., jabłko 1szt.

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, parówka drobiowa 1szt., jabłko 1szt.

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, ser biały ±100g., jabłko 1szt.

Śniadanie II

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą

Obiad

Zwykła: zupa grochowa ±350ml, kopytka ±250g, w sosie pieczarkowym ±150g

Lekkostrawna: zupa krem z brokuła ±350ml, kopytka ±250g, w sosie jarzynowym ±150g

Cukrzycowa: zupa krem z brokuła ±350ml, kopytka ±250g, w sosie jarzynowym ±150g

Wegetariańska: zupa krem z brokuła ±350ml, kopytka ±250g, w sosie jarzynowym ±150g

Podwieczorek

Cukrzycowa: krakersy 50g

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±30g, sałatka jarzynowa ±150g

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±30g, sałatka jarzynowa ±150g

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±30g, sałatka jarzynowa ±150g

Wegetariańska: herbata ± 300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet sojowy ±60g, sałatka jarzynowa ±150g

ZIMA

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, pasta serowo-jajeczna ±60g, mandarynka 1 szt.

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasta jajeczna ±60g, mandarynka 1 szt.

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, pasta jajeczna ±60g, mandarynka 1 szt.

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasta jajeczna ±60g, mandarynka 1 szt.

Śniadanie II

Cukrzycowa: kanapka z białym serem 1 szt.

Obiad

Zwykła: żurek z ziemniakami ±350ml, kotlet pożarski ±90g, ziemniaki ±200g, buraczki zasmażane ±150g,

Lekkostrawna: żurek z ziemniakami ±350ml, sztuka mięsa ±90g w sosie, ziemniaki ±200g, buraczki zasmażane ±150g,

Cukrzycowa: żurek z ziemniakami ±350ml, sztuka mięsa ±90g w sosie, ziemniaki ±200g, ogórek kiszony ±100g,

Wegetariańska: żurek z ziemniakami ±350ml, kotlet mielony sojowy ±90g, ziemniaki ±200g, buraczki zasmażane ±150g,

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i rzodkiewką 1 szt.

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, pieczeń rzymska ±70g, ogórek kiszony ±30g

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasta mięsna z natką ±60g, ogórek kiszony ±30g

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, pasta mięsna z natką ±60g, ogórek kiszony ±30g

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, miód ±60g, jabłko 1 szt.

ZIMA

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy 150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne±15g, twaróg ze szczypiorkiem ±100g

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły±150g, masło roślinne±15g, twaróg ze szczypiorkiem ±100g

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, twaróg ze szczypiorkiem ±100g

Wegetariańska: jogurt owocowy±150g, kawa mleczna±300ml, chleb zwykły±150g, masło roślinne±15g, twaróg ze szczypiorkiem ±100g

Śniadanie II

Cukrzycowa: sok pomidorowy ±300ml

Obiad

Zwykła: kasza mann na wywarze ±350ml, ryba smażona ±100g, ziemniaki ±200g, warzywa po grecku ±100g

Lekkostrawna: kasza mann na wywarze ±350ml, roladka rybna ±100g, ziemniaki ±200g, warzywa po grecku ±100g

Cukrzycowa: kasza mann na wywarze ±350ml, roladka rybna ±100g, ziemniaki ±200g, warzywa po grecku ±100g

Wegetariańska: kasza mann na wywarze ±350ml, pulpet sojowy ±100g, ziemniaki ±200g, warzywa po grecku ±100g

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1szt.

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, mielonka drobiowa ±50g, jabłko 1szt.

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, mielonka drobiowa ±50g, jabłko 1szt.

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, mielonka drobiowa ±50g, jabłko 1szt..

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, ser żółty ±60g, mandarynka 1szt

ZIMA

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy 150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne±15g, szynka z koperkiem ±50g, ćwikła ±50g

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły±150g, masło roślinne±15g, szynka z koperkiem ±50g, ćwikła ±50g

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, szynka z koperkiem ±50g, ćwikła ±50g

Wegetariańska: jogurt owocowy±150g, kawa mleczna±300ml, chleb zwykły±150g, masło roślinne±15g, szynka z koperkiem ±50g, ćwikła ±50g

Śniadanie II

Cukrzycowa: surówka z selera ±150g

Obiad

Zwykła: zupa pieczarkowa ±350ml, sos mięsny ±150g, kasza jęczmienna ±200g, surówka z ogórka kiszzonego ±100g

Lekkostrawna: zupa pietruszkowa ±350ml, sos mięsny ±150g, kasza jęczmienna ±200g, ogórek kiszony ±100g

Cukrzycowa: zupa pietruszkowa ±350ml, sos mięsny ±150g, kasza jęczmienna ±200g, ogórek kiszony ±100g

Wegetariańska: zupa pietruszkowa ±350ml, gulasz sojowy ±150g, kasza jęczmienna ±200g, ogórek kiszony ±100g

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1szt.

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, serek homogenzowany ±120g, jabłko 1szt.

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, serek homogenzowany ±120g, jabłko 1szt.

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, serek homogenzowany ±120g, jabłko 1szt.

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, serek homogenzowany ±120g, jabłko 1szt.