

JESIEŃ

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±50g, sałata ±15g (3szt.)

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

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

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

Śniadanie II

Cukrzycowa: wafle ryżowe 3szt.

Obiad

Zwykła: barszcz czerwony zabieleny ±350ml, pierogi z serem z bułką i masłem ±250g,

Lekkostrawna: barszcz czerwony zabieleny ±350ml, pierogi z serem z bułką i masłem ±250g,

Cukrzycowa: barszcz czerwony zabieleny ±350ml, pierogi z serem z bułką i masłem ±250g,

Wegetariańska: barszcz czerwony zabieleny ±350ml, pierogi z serem z bułką i masłem ±250g,

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, wędlina ±50g, ogórek kiszony ±30g

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

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

JESIEŃ

Śniadanie

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

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, parówka na gorąco ±90g, jabłko 1szt.

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, dżem ±60g, jabłko 1szt.

Śniadanie II

Cukrzycowa: kanapka z białym serem 1szt.

Obiad

Zwykła: zupa pomidorowa z ryżem ±350ml, kotlet mielony ±90g, ziemniaki ±200g, kapusta gotowana ±150g

Lekkostrawna: zupa pomidorowa z ryżem ±350ml, porcja mięsa gotowana ±50g, ziemniaki ±200g, sałata z jogurtem ±50g

Cukrzycowa: zupa pomidorowa z ryżem ±350ml, porcja mięsa gotowana ±50g, ziemniaki ±200g, sałata z jogurtem ±50g

Wegetariańska: zupa pomidorowa z ryżem ±350ml, kotlet mielony sojowy ±90g, ziemniaki ±200g, sałata z jogurtem ±50g

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1szt.

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet drobiowy ±90g, banan 1szt

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet drobiowy ±90g, banan 1szt

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

Wegetariański: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet sojowy ±90g, banan 1szt

JESIEŃ

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy 150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne±15g, twarożek ze szczypiorkiem ±100g, jabłko 1szt.

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły±150g, masło roślinne±15g, twarożek ze szczypiorkiem ±100g, jabłko1szt.

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, twarożek ze szczypiorkiem ±100g, jabłko1szt.

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

Śniadanie II

Cukrzycowa: surówka z selera i jabłka ±150g

Obiad

Zwykła: zupa ziemniaczana z pomidorami ±350ml, śledź ±70g w sosie tatarskim ±150g, ziemniaki ±200g

Lekkostrawna: zupa ziemniaczana z pomidorami ±350ml, roladka rybna ±70g w sosie pietruszkowym ±150g, ziemniaki ±200g

Cukrzycowa: zupa ziemniaczana z pomidorami ±350ml, roladka rybna ±70g w sosie pietruszkowym ±150g, ziemniaki ±200g

Wegetariańska: kasza manna na wywarze ±350ml, kotlet schabowy sojowy 1szt., ziemniaki ±200g, marchew gotowana ±150g

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1 szt.

Kolacja

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

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina drobiowa ±50g, rzodkiewka ±30g

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina drobiowa ±50g, rzodkiewka ±30g

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, serek topiony ±50g, rzodkiewka ±30g

JESIEŃ

Śniadanie

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

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

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

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

Śniadanie II

Cukrzycowa: kanapka z białym serem 1szt.

Obiad

Zwykła: zupa wiejska ±350ml, gołąbek ±180g w sosie koperkowym ±150g, ziemniaki ± 200g, surówka z marchwi i jabłka ±150g

Lekkostrawna: zupa zaciekowa ±350ml, pulpet w/p ±90g w sosie koperkowym ±150g, ziemniaki ± 200g, surówka z marchwi i jabłka ±150g

Cukrzycowa: zupa zaciekowa ±350ml, pulpet w/p ±90g w sosie koperkowym ±150g, ziemniaki ± 200g, surówka z marchwi i jabłka ±150g

Wegetariańska: zupa zaciekowa ±350ml, pulpet sojowy ±90g w sosie koperkowym ±150g, ziemniaki ± 200g, surówka z marchwi i jabłka ±150g

Podwieczorek

Cukrzycowa: mus z jabłka b/c ±150g

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, poledwica drobiowa ±50g, papryka świeża ±30g

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, poledwica drobiowa ±50g, pomidor ±30g

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, poledwica drobiowa ±50g, papryka świeża ±30g

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

JESIEŃ

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, ser biały ±100g, pomidor ±50g

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, ser biały ±100g, pomidor ±50g

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, ser biały ±100g, pomidor ±50g

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, ser biały ±100g, pomidor ±50g

Śniadanie II

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1szt.

Obiad

Zwykła: rosół z makaronem ±350ml (gruby makaron), udo drobiowe ±140g w sosie własnym ±150g, ziemniaki ±200g, sałata z jogurtem ±50g

Lekkostrawna: rosół z makaronem ±350ml(gruby makaron), udo drobiowe ±140g w sosie własnym ±150g, ziemniaki ±200g, sałata z jogurtem ±50g

Cukrzycowa: rosół z makaronem ±350ml (gruby makaron), udo drobiowe ±140g w sosie własnym ±150g, ziemniaki ±200g, sałata z jogurtem ±50g

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

Podwieczorek

Cukrzycowa: sok pomidorowy 300ml

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, salceson ±70g, chrzan ±20g

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, szynka z koperkiem ±50g, pomidor ±50g

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, szynka z koperkiem ±50g, pomidor ±50g

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

±

JESIEŃ

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, dżem ±60g, mandarynka 1szt

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

Śniadanie II

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i ogórkiem 1szt.

Obiad

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

Lekkostrawna: krupnik ±350ml, kopytka ±250g, w sosie jarzynowym ±150g

Cukrzycowa: krupnik ±350ml, kopytka ±250g, w sosie jarzynowym ±150g

Wegetariańska: krupnik ±350ml, kopytka ±250g, w sosie jarzynowym ±150g

Podwieczorek

Cukrzycowa: sok pomidorowy ±200ml

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, pasta z ryby gotowanej ±60g, ogórek kiszony ±30g

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

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

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, jajo gotowane 1szt., ogórek kiszony ±30g

JESIEŃ

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne±15g, serek homogenzowany ±120g, banan 1szt.

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły±150g, masło roślinne±15g, serek homogenzowany ±120g, banan 1szt.

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, serek homogenzowany ±120g, banan 1szt.

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, serek homogenzowany ±120g, banan 1szt.

Śniadanie II

Cukrzycowa: wafle ryżowe 3szt.

Obiad

Zwykła: zupa jarzynowa ±350ml, jajo gotowane 2szt. w sosie cebulowym ±150g, ziemniaki ±200g, marchew gotowana ±150g

Lekkostrawna: zupa jarzynowa ±350ml, jajo gotowane 2szt. w sosie pietruszkowym ±150g, ziemniaki ±200g, marchew gotowana ±150g

Cukrzycowa: zupa jarzynowa ±350ml, jajo gotowane 2szt. w sosie pietruszkowym ±150g, ziemniaki ±200g, surówka z marchewki i jabłka ±150g

Wegetariańska: zupa jarzynowa ±350ml, jajo gotowane 2szt. w sosie pietruszkowym ±150g, ziemniaki ±200g, marchew gotowana ±150g,

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1szt

Kolacja

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

Lekkostrawna: herbat±a ±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.

JESIEŃ

Śniadanie

Zwykła: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±50g, rzodkiewka ±30g

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±50g, rzodkiewka ±30g

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±50g, rzodkiewka ±30g

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

Śniadanie II

Cukrzycowa: surówka z marchewki i jabłka ±150g

Obiad

Zwykła: zupa grochowa ±350ml, gulasz wieprzowy ±150g, kasza jęczmienna ±200g, buraczki zasmażane ±150g,

Lekkostrawna: zupa ziemniaczana ±350ml, gulasz wieprzowy ±150g, kasza jęczmienna ±200g, buraczki zasmażane ±150g,

Cukrzycowa: zupa ziemniaczana ±350ml, gulasz wieprzowy ±150g, kasza jęczmienna ±200g, ogórek kiszony ±150g,

Wegetariańska: zupa ziemniaczana ±350ml, gulasz sojowy ±150g, kasza jęczmienna ±200g, buraczki zasmażane ±150g,

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i rzodkiewką 1szt.

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, pasztetowa ±70g, mandarynka 1szt.

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet drobiowy ±70g, mandarynka 1szt.

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet drobiowy ±70g, mandarynka 1szt.

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, pasztet sojowy ±70g, mandarynka 1szt

JESIEŃ

Śniadanie

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

Lekkostrawna: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, jajo 1szt, kukurydza z jogurtem ±50g

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, jajo 1szt, kukurydza z jogurtem ±50g

Wegetariańska: jogurt owocowy ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, jajo 1szt, kukurydza z jogurtem ±50g

Śniadanie II

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1szt.

Obiad

Zwykła: zupa pieczarkowa ±350ml, pieczeń rzymska ±90g, ziemniaki ±200g, surówka z białej kapusty ±150g

Lekkostrawna: kasza manna na wywarze ±350ml, pieczeń rzymska ±90g, ziemniaki ±200g, surówka z białej kapusty ±150g

Cukrzycowa: kasza manna na wywarze ±350ml, pieczeń rzymska ±90g, ziemniaki ±200g, surówka z białej kapusty ±150g

Wegetariańska: kasza manna na wywarze ±350ml, placki ziemniaczane ±250g (3szt.)

Podwieczorek

Cukrzycowa: serek homogenizowany ±150g

Kolacja

Zwykła: herbata ±300ml, pieczywo mieszane ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±50g, pomidor ±30g

Lekkostrawna: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±50g, pomidor ±30g

Cukrzycowa: herbata ±300ml, chleb razowy ±150g, masło roślinne ±15g, wędlina ±50g, pomidor ±30g

Wegetariańska: herbata ±300ml, chleb zwykły ±150g, masło roślinne ±15g, ±ser żółty 60g, pomidor ±30g

JESIEŃ

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, ser biały ±100g, jabłko pieczone 1szt.

Cukrzycowa: jogurt naturalny ±150g, kawa mleczna ±300ml, chleb razowy ±150g, masło rośl. ±15g, ser biały ±100g, jabłko pieczone 1szt.

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

Śniadanie II

Cukrzycowa: surówka z marchwi i jabłka ±150g

Obiad

Zwykła: zupa kalafiorowa ±350ml, wątroba duszona ±90g, z cebulką i jabłkiem ±20g, ziemniaki ±200g, surówka z selera ze śmietaną ±130g

Lekkostrawna: zupa kalafiorowa ±350ml, wątroba gotowana ±100g, ziemniaki ±200g, surówka z selera ze śmietaną ±130g

Cukrzycowa: zupa kalafiorowa ±350ml, wątroba gotowana ±100g, ziemniaki ±200g, surówka z selera ze śmietaną ±130g

Wegetariańska: zupa kalafiorowa ±350ml, kotlet schabowy sojowy ±90g, ziemniaki ±200g, surówka z selera ze śmietaną ±130g

Podwieczorek

Cukrzycowa: kanapka z wędliną i sałatą 1szt.

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 ±30g, sałatka jarzynowa ±150g