

DZIEŃ	DIETA	POSIŁEK	MENU
Poniedziałek 04.03	Podstawowa	Śniadanie	Bułka maślana , pieczywo pszenno-żytnie z szynką gotowaną ,warzywami i miodem, masło extra ,herbata z cytryną
		Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem , ziemniaki gotowane , potrawka z kurczaka , surówka z białej kapusty, kompot
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym , kremowym serkiem śmietankowym i warzywami, masło extra,herbata z cytryną
		II Kolacja	Jogurt owocowy , herbatniki
	Łatwostrawna	Śniadanie	Bułka maślana , pieczywo pszenno-żytnie z szynką gotowaną ,warzywami i miodem, masło extra, herbata z cytryną
		Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem , ziemniaki gotowane , potrawka z kurczaka z duszoną jarzyną, kompot
		Podwieczorek	Budyń kakaowy
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym , kremowym serkiem śmietankowym i warzywami, masło extra, herbata z cytryną
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	II Kolacja	Jogurt owocowy , herbatniki
		Śniadanie	Pieczywo graham , bułka graham z szynką gotowaną i warzywami , masło extra,herbata z cytryną
		Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem , ziemniaki gotowane , potrawka z kurczaka z surówka z białej kapusty, kompot
		Podwieczorek	Budyń kakaowy
Wtorek 05.03	Podstawowa	Kolacja	Pieczywo graham z serem żółtym , kremowym serkiem śmietankowym i warzywami, masło extra,herbata z cytryną
		II Kolacja	Jogurt naturalny , gruszka
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie z szynką drobiową , jajkiem i warzywami , masło extra, herbata z cytryną
		Obiad	Lane ciasto na rosole , ziemniaki gotowane , schab gotowany w sosie własnym , buraki gotowane , kompot
	Łatwostrawna	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z szynką z fileta , serkiem topionym i warzywami , masło extra, herbata z cytryną
		II Kolacja	Makaron z serem
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie z szynką drobiową , jajkiem i warzywami , masło extra, herbata z cytryną
		Obiad	Lane ciasto na rosole , ziemniaki gotowane , schab gotowany w sosie własnym , buraki gotowane , kompot
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Podwieczorek	Kisiel owocowy
		Kolacja	Pieczywo graham z szynką z fileta , serkiem topionym i warzywami , masło extra,herbata z cytryną
		II Kolacja	Makaron z serem
		Śniadanie	Pieczywo graham z szynką drobiową , jajkiem i warzywami , masło extra,herbata z cytryną
Środa 06.03	Podstawowa	Obiad	Lane ciasto na rosole , ziemniaki gotowane , schab gotowany w sosie własnym , buraki gotowane , kompot
		Kolacja	Pieczywo graham z szynką z fileta , serkiem topionym i warzywami , masło extra,herbata z cytryną
		II Kolacja	Makaron z serem
		Śniadanie	Bułka kajzerka z połędwica sopocką i warzywami , dżem, masło extra,herbata z cytryną
	Łatwostrawna	Obiad	Zupa Solferino , pierogi leniwe z cynamonem , kompot
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym , serkiem topionym i ogórkiem kiszonym, masło extra, herbata z cytryną
		II Kolacja	Jogurt naturalny , grejpfrut
		Śniadanie	Bułka kajzerka ,pieczywo pszenno-żytnie z połędwica sopocką i warzywami , dżem, masło extra, herbata z cytryną
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Obiad	Zupa Solferino , pierogi leniwe z cynamonem , kompot
		Podwieczorek	Galaretk a z bananami
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym , kremowym serkiem śmietankowym i pomidorem, masło extra,herbata z cytryną
		II Kolacja	Jogurt naturalny , jabłko

	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Bułka graham ,pieczywo graham z południcą sopocką , warzywami i kremowym serkiem śmietankowym , masło extra, herbata z cytryną	
		Obiad	Zupa Solferino , pierogi leniwe z cynamonem , kompot	
		Podwieczorek	Jogurt naturalny	
		Kolacja	Pieczywo graham z serem żółtym , serkiem topionym i ogórkiem kiszonym, masło extra, herbata z cytryną	
		II Kolacja	Salatka ze świeżych warzyw	
Czwartek 07.03	Podstawowa	Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie z szynką gotowaną , kremowym serkiem śmietankowym , miodem i warzywami, masło extra, herbata z cytryną	
		Obiad	Zupa grysikowa , ziemniaki gotowane z duszonym gulaszem , surówka z czerwonej kapusty, kompot	
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z sałatką makaronową z kurczakiem , pomidor, herbata z cytryną	
		II Kolacja	Bułka maślana	
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie z szynką gotowaną , kremowym serkiem śmietankowym , miodem i warzywami, masło extra, herbata z cytryną	
		Obiad	Zupa grysikowa , ziemniaki gotowane z duszonym gulaszem , sałata zielona z sosem koperkowo-jogurtowym, kompot	
		Podwieczorek	Budyń śmietankowy	
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z sałatką makaronową z kurczakiem , pomidor, masło extra, herbata z cytryną	
			II Kolacja	Bułka maślana
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczywo graham z szynką gotowaną , kremowym serkiem śmietankowym i warzywami, masło extra,herbata z cytryną	
		Obiad	Zupa grysikowa , ziemniaki gotowane z duszonym gulaszem , surówka z czerwonej kapusty, kompot	
		Podwieczorek	Budyń śmietankowy	
Kolacja		Pieczywo graham z sałatką makaronową z kurczakiem , pomidor, masło extra,herbata z cytryną		
II Kolacja		Jogurt naturalny , jabłko		
Piątek 08.03	Podstawowa	Śniadanie	Bułka kajzerka , pieczywo pszenno-żytnie z jajkiem na twardo ,kremowym serkiem śmietankowym i warzywami , masło extra, dżem, kawa zbożowa	
		Obiad	Zupa pieczarkowa, ziemniaki gotowane , pulpety z miruny w sosie koperkowym , surówka z kiszonej kapusty ,kompot	
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z pastą twarogową i warzywami, masło extra, herbata z cytryną	
		II Kolacja	Kisiel z jabłkiem	
	Łatwostrawna	Śniadanie	Bułka kajzerka , pieczywo pszenno-żytnie z jajkiem na twardo ,kremowym serkiem śmietankowym i warzywami , dżem, masło extra, kawa zbożowa	
		Obiad	Zupa jarzynowa, ziemniaki gotowane , pulpety z miruny w sosie koperkowym , warzywa duszone ,kompot	
		Podwieczorek	Jabłko pieczone	
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z pastą twarogową i warzywami, masło extra,herbata z cytryną	
			II Kolacja	Kisiel z jabłkiem
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Bułka graham , pieczywo graham z jajkiem na twardo , kremowym serkiem śmietankowym i warzywami , masło extra, kawa zbożowa	
		Obiad	Zupa pieczarkowa, ziemniaki gotowane , pulpety z miruny w sosie koperkowym , surówka z kiszonej kapusty ,kompot	
		Podwieczorek	Gruszka pieczona	
Kolacja		Pieczywo graham z pastą twarogową i warzywami, masło extra, herbata z cytryną		
II Kolacja		Kisiel z jabłkiem		
Podstawowa	Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie z szynką drobiową , twarogiem i warzywami , masło extra,herbata z cytryną		
	Obiad	Krupnik , ziemniaki gotowane , pulpety duszone w sosie pieczarkowym , buraki z chrzanem ,kompot		
	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z omletem jajeczno-warzywnym , dżem, masło extra,herbata z cytryną		
	II Kolacja	Budyń		
	Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie z szynką drobiową , twarogiem i warzywami , masło extra,herbata z cytryną		

Sobota 09.03	Łatwostrawna	Obiad	Krupnik , ziemniaki gotowane , pulpety duszone w sosie pietruszkowym , buraki gotowane ,kompot
		Podwieczorek	Serek homogenizowany
		Kolacja	Pieczyno pszenno-żytnie z omeletem jajeczno-warzywnym , dżem, masło extra,herbata z cytryną
		II Kolacja	Budyń
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczyno graham z szynką drobiową , twarogiem i warzywami , masło extra,herbata z cytryną
		Obiad	Krupnik , ziemniaki gotowane , pulpety duszone w sosie pieczarkowym , buraki z chrzanem ,kompot
		Podwieczorek	Jabłko , jogurt naturalny
		Kolacja	Pieczyno graham z omeletem jajeczno-warzywnym , masło extra,herbata z cytryną
II Kolacja		Budyń	
Niedziela 10.03	Podstawowa	Śniadanie	Pieczyno pszenno-żytnie z polędwicą sopočką , serkiem topionym , pomidorem i ogórkiem kiszonym , masło extra, herbata z cytryną
		Obiad	Rosół z makaronem , ziemniaki gotowane , udko z kurczaka pieczone w piecu konwekcyjno-parowym , surówka z marchewki ,kompot
		Kolacja	Pieczyno pszenno-żytnie , pieczeń rzymska , papryka czerwona , pomidor, masło extra,herbata z cytryną
		II Kolacja	Maślanka
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczyno pszenno-żytnie z polędwicą sopočką , serkiem topionym i pomidorem , masło extra, herbata z cytryną
		Obiad	Rosół z makaronem , ziemniaki gotowane , udko z kurczaka pieczone w piecu konwekcyjno-parowanym , marchewka z groszkiem ,kompot
		Podwieczorek	Banan
		Kolacja	Pieczyno pszenno-żytnie , pieczeń rzymska , pomidor, masło extra, herbata z cytryną
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczyno graham z polędwicą sopočką , serkiem topionym , pomidorem i ogórkiem kiszonym, masło extra,herbata z cytryną
		Obiad	Rosół z makaronem , ziemniaki gotowane , udko z kurczaka pieczone w piecu konwekcyjno-parowym , surówka z marchewki ,kompot
		Podwieczorek	Gruszka
		Kolacja	Pieczyno graham , pieczeń rzymska , papryka czerwona , pomidor, masło extra,herbata z cytryną
II Kolacja	Jogurt naturalny , granola		