

DZIEŃ	DIETA	POSIŁEK	MENU
Poniedziałek 15.07	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 , udko z kurczaka(pieczone w piecu konwekcyjno-parowym) , 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 , udko z kurczaka (pieczone w piecu konwekcyjno-parowym) z duszoną jarzyną, kompot
		Podwieczorek	Budyń kakaowy
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym , kremowym serkiem śmietankowym i warzywami, masło extra, herbata z cytryną
	II Kolacja	Jogurt owocowy , herbatniki	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczywo graham , bułka graham z szynką gotowaną i warzywami , masło extra,herbata z cytryną
		Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem , ziemniaki gotowane , udko z kurczaka (pieczone w piecu konwekcyjno-parowym) , surówka z białej kapusty, kompot
		Podwieczorek	Budyń kakaowy
Kolacja		Pieczywo graham z serem żółtym , kremowym serkiem śmietankowym i warzywami, masło extra,herbata z cytryną	
II Kolacja	Jogurt naturalny , gruszka		
Wtorek 16.07	Podstawowa	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
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z szynką z fileta , serkiem topionym i warzywami , masło extra,herbata z cytryną
		II Kolacja	Makaron z serem
	Łatwostrawna	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
		Podwieczorek	Kisiel owocowy
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z szynką z fileta , serkiem topionym i warzywami , masło extra, herbata z cytryną
	II Kolacja	Makaron z serem	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczywo graham 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
		Podwieczorek	Kisiel owocowy
Kolacja		Pieczywo graham z szynką z fileta , serkiem topionym i warzywami , masło extra,herbata z cytryną	
II Kolacja	Makaron z serem		
Środa 17.07	Podstawowa	Śniadanie	Bułka kajzerka z połędwica sopocką i warzywami , dżem , masło extra,herbata z cytryną
		Obiad	Zupa Solferino , makaron z serem , kompot
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym , serkiem topionym i ogórkiem kiszonym, masło extra, herbata z cytryną
		II Kolacja	Jogurt naturalny , grejpfrut
	Łatwostrawna	Śniadanie	Bułka kajzerka ,pieczywo pszenno-żytnie z połędwica sopocką i warzywami , dżem , masło extra, herbata z cytryną
		Obiad	Zupa Solferino , makaron z serem , 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 połędwicą sopocką , warzywami i kremowym serkiem śmietankowym , masło extra, herbata z cytryną
		Obiad	Zupa Solferino , makaron z serem , 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		
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie z szynką gotowaną , kremowym serkiem śmietankowym , miodem i warzywami, masło extra, herbata z cytryną

Czwartek 18.07	Podstawowa	Obiad	Zupa grysikowa , ziemniaki gotowane z duszonym gulaszem , surówka z czerwonej kapusty, kompot	
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie z sałatką makaronową z kurczakiem , pomidor, herbata z cytryną	
	Łatwostrawna	II Kolacja	Butka maślana	
		Śniadanie	Pieczycwo 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	Deser mleczny	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie z sałatką makaronową z kurczakiem , pomidor,masło extra, herbata z cytryną	
		II Kolacja	Butka maślana	
		Śniadanie	Pieczycwo 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	
	Piątek 19.07	Podstawowa	Podwieczorek	Serek wiejski lekki, pieczywo graham, warzywa
			Kolacja	Pieczycwo graham z sałatką makaronową z kurczakiem , pomidor, masło extra,herbata z cytryną
II Kolacja			Jogurt naturalny , jabłko	
Śniadanie			Butka kajzerka , pieczywo pszenno-żytnie z jajkiem na twardo ,kremowym serkiem śmietankowym i warzywami ,masło extra, dżem, kawa zbożowa	
Łatwostrawna		Obiad	Zupa pieczarkowa, ziemniaki gotowane , pulpety z miruny w sosie koperkowym , surówka z kiszzonej kapusty ,kompot	
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie z pastą twarogową i warzywami, masło extra, herbata z cytryną	
		II Kolacja	Kisiel z jabłkiem	
		Śniadanie	Butka kajzerka , pieczywo pszenno-żytnie z jajkiem na twardo ,kremowym serkiem śmietankowym i warzywami , dżem,masło extra, kawa zbożowa	
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Obiad	Zupa jarzynowa, ziemniaki gotowane, pulpety z miruny w sosie koperkowym , warzywa duszone ,kompot	
		Podwieczorek	Jabłko pieczone	
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie z pastą twarogową i warzywami, masło extra,herbata z cytryną	
		II Kolacja	Kisiel z jabłkiem	
Sobota 20.07	Podstawowa	Śniadanie	Butka kajzerka , pieczywo pszenno-żytnie z szynką gotowaną i warzywami ,masło extra,herbata z cytryną	
		Obiad	Zupa z groszku zielonego z groszkiem ptysiowym , kasza jęczmienna , duszone paluszki schabowe w sosie pomidorowym , surówka z czerwonej kapusty , kompot	
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie z sałatką caprese,masło extra,herbata z cytryną	
		II Kolacja	Ryż z jabłkami i cynamonem	
	Łatwostrawna	Śniadanie	Butka kajzerka , pieczywo pszenno-żytnie z szynką gotowaną i warzywami ,masło extra,herbata z cytryną	
		Obiad	Zupa z groszku zielonego z groszkiem ptysiowym, kasza jęczmienna , duszone paluszki schabowe w sosie pomidorowym , buraki gotowane , kompot	
		Podwieczorek	Napój mleczny	
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie z sałatką caprese, masło extra,herbata z cytryną	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	II Kolacja	Ryż z jabłkami i cynamonem	
		Śniadanie	Butka graham , pieczywo graham z szynką gotowaną i warzywami ,masło extra,herbata z cytryną	
		Obiad	Zupa z groszku zielonego z groszkiem ptysiowym, kasza jęczmienna , duszone paluszki schabowe w sosie pomidorowym , surówka z czerwonej kapusty , kompot	
		Podwieczorek	Skyr naturalny	
Podstawowa	Kolacja	Pieczycwo graham z sałatką caprese,masło extra, herbata z cytryną		
	II Kolacja	Jogurt z musli i jabłkiem		
	Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie z polędwicą sopocką , 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	Pieczycwo pszenno-żytnie , pieczeń rzymska , papryka czerwona , pomidor, masło extra,herbata z cytryną	

Niedziela 21.07	Łatwostrawna	II Kolacja	Maślanka
		Śniadanie	Pieczyno pszenno-żytnie z poleđwicą sopočką , serkiem topionym i pomidorem , masło extra, herbata z cytryną
		Obiad	Rosót z makaronem , ziemniaki gotowane , udko z kurczaka pieczone w piecu konwekcyjno-parowanym , marchewka z groszkiem ,kompot
		Podwieczorek	Banan
		Kolacja	Pieczyno pszenno-żytnie , pieceń rzymska , pomidor, masło extra, herbata z cytryną
		II Kolacja	Maślanka
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczyno graham z poleđwicą sopočką , serkiem topionym , pomidorem i ogórkiem kiszonym, masło extra,herbata z cytryną
		Obiad	Rosót z makaronem , ziemniaki gotowane , udko z kurczaka pieczone w piecu konwekcyjno-parowym , surówka z marchewki ,kompot
		Podwieczorek	Gruszka
		Kolacja	Pieczyno graham , pieceń rzymska , papryka czerwona , pomidor, masło extra,herbata z cytryną
		II Kolacja	Jogurt naturalny , granola