

DZIEŃ	DIETA	POSIŁEK	MENU
Poniedziałek 06.01	Podstawowa	Śniadanie	Pieczycywo <b>pszenno-żytnie z szynką</b> drobiową, <b>jajkiem</b> i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		Obiad	Lane <b>ciasto</b> na rosole, <b>ziemniaki gotowane</b> , schab gotowany w <b>sosie</b> własnym, buraki <b>gotowane</b> , kompot
		Kolacja	Pieczycywo <b>pszenno-żytnie z szynką</b> z fileta, <b>serkiem</b> topionym i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		II Kolacja	<b>Makaron z serem</b>
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczycywo <b>pszenno-żytnie z szynką</b> drobiową, <b>jajkiem</b> i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		Obiad	Lane <b>ciasto</b> na rosole, <b>ziemniaki gotowane</b> , schab gotowany w <b>sosie</b> własnym, buraki <b>gotowane</b> , kompot
		Podwieczorek	<b>Kisiel</b> owocowy
		Kolacja	Pieczycywo <b>pszenno-żytnie z szynką</b> z fileta, <b>serkiem</b> topionym i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
	II Kolacja	<b>Makaron z serem</b>	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczycywo <b>graham</b> z szynką drobiową, <b>jajkiem</b> i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		Obiad	Lane <b>ciasto</b> na rosole, <b>ziemniaki gotowane</b> , schab gotowany w <b>sosie</b> własnym, buraki <b>gotowane</b> , kompot
		Podwieczorek	<b>Kisiel</b> owocowy
Kolacja		Pieczycywo <b>graham</b> z szynką z fileta, <b>serkiem</b> topionym i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną	
II Kolacja	<b>Makaron z serem</b>		
Wtorek 07.01	Podstawowa	Śniadanie	<b>Bułka kajzerka</b> z <b>połędwica</b> sopocką i warzywami, dżem, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		Obiad	<b>Zupa</b> Solferino, <b>pierogi</b> leniwe z cynamonem, kompot
		Kolacja	Pieczycywo <b>pszenno-żytnie z serem</b> żółtym, <b>serkiem</b> topionym i ogórkiem kiszonym, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		II Kolacja	<b>Jogurt</b> naturalny, grejpfrut
	Łatwostrawna	Śniadanie	<b>Bułka kajzerka</b> , pieczywo <b>pszenno-żytnie z połędwica</b> sopocką i warzywami, dżem, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		Obiad	<b>Zupa</b> Solferino, <b>pierogi</b> leniwe z cynamonem, kompot
		Podwieczorek	<b>Galaretk</b> a z bananami
		Kolacja	Pieczycywo <b>pszenno-żytnie z serem</b> żółtym, kremowym <b>serkiem śmietankowym</b> i pomidorem, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
	II Kolacja	<b>Jogurt</b> naturalny, jabłko	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	<b>Bułka graham</b> , pieczywo <b>graham z połędwic</b> ą sopocką, warzywami i kremowym <b>serkiem śmietankowym</b> , <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		Obiad	<b>Zupa</b> Solferino, <b>pierogi</b> leniwe z cynamonem, kompot
		Podwieczorek	<b>Jogurt</b> naturalny
Kolacja		Pieczycywo <b>graham z serem</b> żółtym, <b>serkiem</b> topionym i ogórkiem kiszonym, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną	
II Kolacja	<b>Salatka</b> ze świeżych warzyw		
Środa 08.01.25	Podstawowa	Śniadanie	<b>Bułka maślana</b> , pieczywo <b>pszenno-żytnie z szynką</b> gotowaną, warzywami i miodem, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		Obiad	<b>Zupa</b> pomidorowa z <b>makaronem</b> , <b>ziemniaki gotowane</b> , udko z kurczaka (pieczone w piecu konwekcyjno-parowym), <b>surówka</b> z białej kapusty, kompot
		Kolacja	Pieczycywo <b>pszenno-żytnie z serem</b> żółtym, kremowym <b>serkiem śmietankowym</b> i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		II Kolacja	<b>Jogurt</b> owocowy, <b>herbatniki</b>
	Łatwostrawna	Śniadanie	<b>Bułka maślana</b> , pieczywo <b>pszenno-żytnie z szynką</b> gotowaną, warzywami i miodem, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		Obiad	<b>Zupa</b> pomidorowa z <b>makaronem</b> , <b>ziemniaki gotowane</b> , udko z kurczaka (pieczone w piecu konwekcyjno-parowym) z duszoną jarzyną, kompot
		Podwieczorek	<b>Budyń</b> kakaowy
		Kolacja	Pieczycywo <b>pszenno-żytnie z serem</b> żółtym, kremowym <b>serkiem śmietankowym</b> i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
	II Kolacja	<b>Jogurt</b> owocowy, <b>herbatniki</b>	
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczycywo <b>graham</b> , <b>bułka graham z szynką</b> gotowaną i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		Obiad	<b>Zupa</b> pomidorowa z <b>makaronem</b> , <b>ziemniaki gotowane</b> , udko z kurczaka (pieczone w piecu konwekcyjno-parowym), <b>surówka</b> z białej kapusty, kompot
		Podwieczorek	<b>Budyń</b> kakaowy
Kolacja		Pieczycywo <b>graham z serem</b> żółtym, kremowym <b>serkiem śmietankowym</b> i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną	
II Kolacja	<b>Jogurt</b> naturalny, gruszka		
		Śniadanie	Pieczycywo <b>pszenno-żytnie z szynką</b> gotowaną, kremowym <b>serkiem śmietankowym</b> , <b>miodem</b> i warzywami, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną

Czwartek 09.01	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 10.01	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 11.01	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 , filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno-parowym , surówka z marchewki ,kompot		
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie , pieczeń rzymska , papryka czerwona , pomidor, masło extra,herbata z cytryną	

Niedziela 12.01	Łatwostrawna	II Kolacja	Maślanka
		Śniadanie	Pieczyno <b>pszenno-żytnie z poleđwicą</b> sopoćką , <b>serkiem</b> topionym i pomidorem , <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		Obiad	Rosół z <b>makaronem</b> , <b>ziemniaki gotowane</b> , filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno-parowanym , <b>marchewka</b> z groszkiem ,kompot
		Podwieczorek	Banan
		Kolacja	Pieczyno <b>pszenno-żytnie</b> , <b>pieceń</b> rzymska , pomidor, <b>masło</b> extra, herbata z cytryną
		II Kolacja	Maślanka
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczyno <b>graham z poleđwicą</b> sopoćką , <b>serkiem</b> topionym , pomidorem i ogórkiem kiszonym, <b>masło</b> extra,herbata z cytryną
		Obiad	Rosół z <b>makaronem</b> , <b>ziemniaki gotowane</b> , filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno-parowym , <b>surówka</b> z marchewki ,kompot
		Podwieczorek	Gruszka
		Kolacja	Pieczyno <b>graham</b> , <b>pieceń</b> rzymska , papryka czerwona , pomidor, <b>masło</b> extra,herbata z cytryną
		II Kolacja	Jogurt naturalny , granola