

DZIEŃ	DIETA	POSIŁEK	MENU
Czwartek 01.05.2025	Podstawowa	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka maślana, masło, szynka wieprzowa gotowana, serek do smarowania, dżem, papryka, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Koperkowa z ryżem, udko pieczone, buraki, ziemniaki, kompot.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, pasta jajeczna, szynka drobiowa, sałata, ogórek, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Skryr waniliowy z granolą.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka maślana, masło, szynka wieprzowa gotowana, serek do smarowania, dżem, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Koperkowa z ryżem, udko pieczone, buraki, ziemniaki, kompot.
		Podwieczerek	Kisiel z jabłkami.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, pasta jajeczna, szynka drobiowa, sałata, pomidor, herbata z cytryną
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	II Kolacja	Skryr waniliowy z granolą.
		Śniadanie	Piecztywo graham, grahamka, masło, szynka wieprzowa gotowana, serek do smarowania, papryka, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Koperkowa z ryżem, udko pieczone, buraki, ziemniaki, kompot.
		Podwieczerek	Kisiel z jabłkami.
Piątek 02.05.2025	Podstawowa	Kolacja	Piecztywo graham, masło, pasta jajeczna, szynka drobiowa, sałata, ogórek, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Skryr naturalny z granolą.
		Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, serek wiejski, dżem, ogórek, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Pieczarkowa z zacierką, ryba po grecku, ziemniaki, kapusta kiszona, kompot.
	Łatwostrawna	Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, serek topiony, serek do smarowania, miód, sałata, pomidor, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Bułka maślana.
		Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, serek wiejski, dżem, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Jarzynowa z zacierką, , ryba po grecku, ziemniaki, kompot.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Podwieczerek	Banan.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, serek topiony, serek do smarowania, miód, sałata, pomidor, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Bułka maślana.
		Śniadanie	Piecztywo graham, grahamka, masło, serek wiejski, ogórek, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
Sobota 03.05.2025	Podstawowa	Obiad	Pieczarkowa z zacierką, ryba po grecku, ziemniaki, kapusta kiszona, kompot.
		Podwieczerek	Gruszka.
		Kolacja	Piecztywo graham, masło, serek topiony, serek do smarowania, sałata, pomidor, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Kefir.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, kajzerka, masło, polędwica, dżem, ogórek, rzodkiewka, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa grysikowa, makaron z kurczakiem w sosie śmietanowym z brokułami, kompot.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, ser żółty, szynka drobiowa, pomidor, ogórek kiszony, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Maślanka.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Piecztywo graham, grahamka, masło, polędwica, ogórek, rzodkiewka, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa grysikowa, makaron z kurczakiem w sosie śmietanowym z brokułami, kompot.
		Podwieczerek	Gruszka.
		Kolacja	Piecztywo graham, masło, ser żółty, szynka drobiowa, pomidor, ogórek kiszony, sałata, herbata z cytryną.
	Podstawowa	II Kolacja	Kefir.
		Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, jajko, dżem, szynka wieprzowa gotowana, ogórek, rzodkiewka, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Rosół z makaronem, gulasz z szynki w sosie, ziemniaki, buraki, kompot.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, pasta twarogowa z warzywami, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem.
		Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, jajko, dżem, szynka wieprzowa gotowana, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Rosół z makaronem, gulasz z szynki w sosie, ziemniaki, buraki, kompot.

Niedziela 04.05.2025	Łatwostrawna	Podwieczorek	Serek homogenizowany , chrupki.
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie, masło, pasta twarogowa z warzywami, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem.
		Śniadanie	Pieczywo graham, masło, jajko, szynka wieprzowa gotowana, ogórek, rzodkiewka, sałata, herbata z cytryną.
	Z ograniczeniem łatwoprzyswajalny ch węglowodanów	Obiad	Rosół z makaronem, gulasz z szynki w sosie, ziemniaki, buraki, kompot.
		Podwieczorek	Jogurt naturalny, jabłko.
		Kolacja	Pieczywo graham, masło, pasta twarogowa z warzywami, sałata, herbata z cytryną.
Poniedziałek 05.05.2025	Podstawowa	II Kolacja	Pieczywo graham, masło, pasta twarogowa z warzywami, sałata, herbata z cytryną.
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie, kajzerka, masło, dżem, szynka wieprzowa gotowana, ogórek, papryka, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem, filet z indyka w sosie ziołowym, ziemniaki, surówka z białej kapusty, kompot.
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie, ser żółty, szynka krucha z fileta, masło, sałata, pomidor, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
	Łatwostrawna	II Kolacja	Ryż z jabłkami.
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie, kajzerka, masło, dżem, szynka wieprzowa gotowana, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa jarzynowa z ryżem, filet z indyka w sosie ziołowym, ziemniaki, sałata z jogurtem, kompot.
		Podwieczorek	Wafle ryżowe, banan.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie, ser żółty, szynka krucha z fileta, masło, sałata, pomidor, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Ryż z jabłkami.
		Śniadanie	Pieczywo graham, grahamka, masło, szynka wieprzowa gotowana, ogórek, papryka, jabłko, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem, filet z indyka w sosie ziołowym, ziemniaki, surówka z białej kapusty, kompot.
		Podwieczorek	Gruszka
		Kolacja	Pieczywo graham, ser żółty, szynka krucha z fileta, masło, sałata, pomidor, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
Wtorek 06.05.2025	Podstawowa	II Kolacja	Kefir
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie, kajzerka, masło, dżem, szynka krucha z fileta, ogórek kiszony, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa fasolowa z makaronem, filet z kurczaka w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna, kalafior gotowany, kompot.
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie, serek wiejski, masło, sałata, pomidor, ogórek, herbata z cytryną.
	Łatwostrawna	II Kolacja	Bułka maślana.
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie, kajzerka, masło, dżem, szynka krucha z fileta, sałata, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem, filet z kurczaka w sosie śmietanowym, kasza jęczmienna, kalafior gotowany, kompot.
		Podwieczorek	Budyń waniliowy.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie, serek wiejski, masło, sałata, pomidor, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Bułka maślana.
		Śniadanie	Pieczywo graham, grahamka, masło, szynka krucha z fileta, pomidor, sałata, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa fasolowa z makaronem, filet z kurczaka w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna, kalafior gotowany kompot
		Podwieczorek	Budyń waniliowy.
		Kolacja	Pieczywo graham, serek wiejski, masło, sałata, pomidor, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
Środa 07.05.2025	Podstawowa	II Kolacja	Jogurt naturalny.
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie, bułka maślana, masło, ser żółty, kremowy serek, miód, ogórek konserwowy, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa z groszkiem i groszkiem ptysiowym pulpety schabowe z ziemniakami i surówką z marchewki, kompot.
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie, masło, mozzarella, jajko na twardo, sałata, ogórek, papryka, herbata z cytryną.
	Łatwostrawna	II Kolacja	Serek homogenizowany.
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie, bułka maślana, masło, ser żółty, kremowy serek, miód, pomidor, sałata, herbata z cytryną, cytryną.
		Obiad	Zupa z groszkiem i groszkiem ptysiowym pulpety schabowe z ziemniakami i marchewką z groszkiem, kompot.
		Podwieczorek	Banan, herbatniki.
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie, masło, mozzarella, jajko na twardo, sałata, pomidor, herbata z cytryną
		II Kolacja	Serek homogenizowany.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczywo graham, grahamka, masło, ser żółty, kremowy serek, ogórek konserwowy, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa z groszkiem i groszkiem ptysiowym pulpety schabowe z ziemniakami i surówką z marchewki, kompot.
		Podwieczorek	Gruszka.
		Kolacja	Pieczywo graham, masło, mozzarella, jajko na twardo, sałata, ogórek, papryka, herbata z cytryną

	II Kolacja	Jogurt naturalny.
--	------------	-------------------

Czwaterek 08.05.2025	Podstawowa	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, dżem, szynka krucha z fileta, papryka, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa brokułowa z makaronem, udko z kurczaka, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej, kompot.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, rzodkiewka, sałata, polędwica sopocka, ogórek, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Skryr waniliowy z granolą.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, dżem, szynka krucha z fileta, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa brokułowa z makaronem, udko z kurczaka, ziemniaki, mix salat z dressingiem ziołowym, kompot.
		Podwieczerek	Galarotka jogurtowa z biskoptem.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, pomidor, sałata, polędwica sopocka, herbata z cytryną.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	II Kolacja	Skryr waniliowy z granolą.
		Śniadanie	Piecztywo graham, grahamka, masło, szynka krucha z fileta, papryka, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa brokułowa z makaronem, udko z kurczaka, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej, kompot.
		Podwieczerek	Galarotka jogurtowa z biskoptem.
Piątek 09.05.2025	Podstawowa	Kolacja	Piecztywo graham, masło, rzodkiewka, sałata, polędwica sopocka, ogórek, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Piecztywo graham, masło, rzodkiewka, sałata, polędwica sopocka, ogórek, herbata z cytryną.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka maślana, masło, pasta twarogowa z warzywami, dżem, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa grysikowa, ryba po grecku, ziemniaki, kiszona kapusta, kompot.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, serek do smarowania, serek topiony, miód, sałata, ogórek kiszony, pomidor herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt owocowy.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka maślana, masło, pasta twarogowa, dżem, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa grysikowa, ryba po grecku, ziemniaki, kompot.
		Podwieczerek	Banan, wafle ryżowe.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, serek do smarowania, serek topiony, miód, sałata, pomidor herbata z cytryną.
Sobota 10.05.2025	Podstawowa	II Kolacja	Jogurt owocowy.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Piecztywo graham, grahamka, pasta twarogowa z warzywami, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa grysikowa, ryba po grecku, ziemniaki, kompot.
		Podwieczerek	Gruszka, kefir.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kolacja	Piecztywo graham, masło, serek do smarowania, serek topiony, miód, sałata, ogórek kiszony, pomidor herbata z cytryną..
		II Kolacja	Jogurt naturalny.
	Podstawowa	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, dżem, polędwica sopocka, papryka, ogórek, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem, filet z kurczaka pieczony z cukinią, ziemniaki, surówka z kapusty czerwonej, kompot.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, serek do smarowania, sałata, ogórek, pomidor herbata z cytryną.
		II Kolacja	Bułka maślana.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, dżem, polędwica sopocka, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem, filet z kurczaka pieczony z cukinią, ziemniaki, mix salat z sosem jogurtowym, kompot.
		Podwieczerek	Maślanka.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, serek do smarowania, sałata, pomidor herbata z cytryną.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	II Kolacja	Bułka maślana.
		Śniadanie	Piecztywo graham, grahamka, masło, polędwica sopocka, papryka, ogórek, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem, filet z kurczaka pieczony z cukinią, ziemniaki, surówka z kapusty czerwonej, kompot.
		Podwieczerek	Kefir.
		Kolacja	Piecztywo graham, masło, szynka drobiowa, serek do smarowania, sałata, ogórek, pomidor herbata z cytryną.
		II Kolacja	Piecztywo graham, masło, szynka drobiowa, serek do smarowania, sałata, ogórek, pomidor herbata z cytryną.