

DZIEŃ	DIETA	POSIŁEK	MENU
Poniedziałek 21.04.2025	Podstawowa	Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie , masło , szynka krucha z kurczaka, jajko , dżem, ogórek, sałata, papryka, rzodkiewka, herbata z cytryną.
		Obiad	Rosół z makaronem, udko z kurczaka pieczone , ziemniaki , marchewka z goroszkciem , kompot .
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie , masło , ser żółty , serek do smarowania, miód, ogórek konserwowy, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie , masło , szynka krucha z kurczaka, jajko , dżem, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Rosół z makaronem, udko z kurczaka pieczone , ziemniaki , marchewka z goroszkciem , kompot .
		Podwieczorek	Budyń .
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie , masło , ser żółty , serek do smarowania, miód, ogórek konserwowy, sałata, herbata z cytryną.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem.
		Śniadanie	Pieczywo graham , masło , szynka krucha z kurczaka, jajko , ogórek, sałata, papryka, rzodkiewka, herbata z cytryną.
		Obiad	Rosół z makaronem, udko z kurczaka pieczone , ziemniaki , marchewka z goroszkciem , kompot .
		Podwieczorek	Budyń .
Wtorek 22.04.2025	Podstawowa	Kolacja	Pieczywo graham , masło , ser żółty , serek do smarowania, ogórek konserwowy, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem.
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie , masło , szynka wieprzowa gotowana, dżem, ogórek, sałata, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa koperkowa z zacierką , gulasz z indyka, kasza jęczmienna , colesław , kompot .
	Łatwostrawna	Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie , masło , pasta twarogowa , miód, pomidor, ogórek, sałata, rzodkiewka herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny.
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie , masło , szynka wieprzowa gotowana, dżem, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa koperkowa z zacierką , gulasz z indyka, kasza jęczmienna , sałata z jogurtem , kompot .
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Podwieczorek	Budyń .
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie , masło , pasta twarogowa , miód, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny.
		Śniadanie	Pieczywo graham , masło , szynka wieprzowa gotowana, ogórek, sałata, pomidor, herbata z cytryną.
Środa 23.04.2025	Podstawowa	Obiad	Zupa koperkowa z zacierką , gulasz z indyka, kasza jęczmienna , colesław , kompot .
		Podwieczorek	Budyń .
		Kolacja	Pieczywo graham , masło , pasta twarogowa , miód, pomidor, ogórek, sałata, rzodkiewka herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie , bułka kajzerka, masło , dżem, polędwica sopočka, ogórek kiszony, rukola, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa krem warzywny z groszkiem ptysiowym , fileć z kurczaka w sosie śmietanowym , ziemniaki , surówka z marchewki, kompot .
		Podwieczorek	Jabłko pieczone, serek .
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie , masło , kremowy serek twarogowy , szynka krucha z fileta, miód, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	II Kolacja	Jogurt naturalny.
		Śniadanie	Pieczywo graham , grahamika , masło , polędwica sopočka, ogórek kiszony, rukola, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa krem warzywny z groszkiem ptysiowym , fileć z kurczaka w sosie śmietanowym , ziemniaki , surówka z marchewki, kompot .
		Podwieczorek	Jabłko .
	Podstawowa	Kolacja	Pieczywo graham , masło , kremowy serek twarogowy , szynka krucha z fileta, pomidor, ogórek, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny.
		Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie , bułka maślana, masło , dżem, ser twarogowy , ogórek konserwowy, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem, udko pieczone, ziemniaki , buraki gotowane , kompot .
		Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie , masło , ser żółty , szynka krucha z fileta, rzodkiewka, sałata, ogórek, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Maślanka .

Czwartek 24.04.2025	Łatwostrawna	Podwieczorek	Napój mleczny + wafle ryżowe.
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, ser żółty, szynka krucha z fileta, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Maślanka.
	Z ograniczeniem łatwoprzyswajal- nych węglowodanów	Śniadanie	Pieczycwo graham, grahamka, masło, ser twarogowy, ogórek konserwowy, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem, udko pieczone, ziemniaki, buraki gotowane, kompot.
		Podwieczorek	Serek wiejski, rukola, pomidor.
		Kolacja	Pieczycwo graham, masło, ser żółty, szynka krucha z fileta, rzodkiewka, sałata, ogórek, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny z granolą.
Piątek 25.04.2025	Podstawowa	Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, serek wiejski, rzodkiewka, ogórek, sałata, dżem, herbata z cytryną.
		Obiad	Krupnik, ryba po grecku, ziemniaki, czerwona kapusta, kompot.
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, kremowy serek twarogowy, ser żółty, miód, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Serek homogenizowany.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, serek wiejski, pomidor, sałata, dżem herbata z cytryną.
		Obiad	Krupnik, ryba po grecku, ziemniaki, kompot.
		Podwieczorek	Budyń, Skyr waniliowy.
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, kremowy serek twarogowy, ser żółty, miód, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Serek homogenizowany.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczycwo graham, grahamka, masło, serek wiejski, rzodkiewka, ogórek, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Krupnik, ryba po grecku, ziemniaki, czerwona kapusta, kompot.
		Podwieczorek	Budyń + skyr naturalny.
		Kolacja	Pieczycwo graham, masło, kremowy serek twarogowy, ser żółty, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Kefir.
Sobota 26.04.2025	Podstawowa	Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, polędwica sopocka, serek topiony, dżem, papryka, ogórek zielony, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa ziemniaczana, makaron z sosem pomidorowym z filetem z kurczaka i marchewką, kompot.
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, kremowy serek do smarowania, miód, pomidor, sałata zielona, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny z granolą.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, polędwica sopocka, serek topiony, dżem, pomidor, sałata, herbata z cytryną
		Obiad	Zupa ziemniaczana, makaron z sosem pomidorowym z filetem z kurczaka i marchewką, kompot.
		Podwieczorek	Banan
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, kremowy serek twarogowy, ser żółty, miód, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny z granolą.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczycwo graham, grahamka, masło, masło, polędwica sopocka, serek topiony, papryka, ogórek zielony, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa ziemniaczana, makaron z sosem pomidorowym z filetem z kurczaka i marchewką, kompot.
		Podwieczorek	Gruszka
		Kolacja	Pieczycwo graham, masło, szynka drobiowa, kremowy serek do smarowania, pomidor, sałata zielona, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny z granolą.
Niedziela 27.04.2025	Podstawowa	Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, szynka krucha z fileta, jajo na twardo, dżem, rzodkiewka, papryka, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Rosół z makaronem, gulasz z szynki, ziemniaki, buraki, kompot.
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, ser żółty, kremowy serek do smarowania, miód, ogórek konserwowy, sałata zielona, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem, sos jogurtowy.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, szynka krucha z fileta, jajo na twardo, dżem, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Rosół z makaronem, s gulasz z szynki, ziemniaki, buraki, kompot.
		Podwieczorek	Serek homogenizowany, chrupki
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, kremowy serek twarogowy, ser żółty, miód, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem, sos jogurtowy.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczycwo graham, masło, szynka krucha z fileta, jajo na twardo, rzodkiewka, papryka, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Rosół z makaronem, gulasz z szynki, ziemniaki, buraki, kompot.
		Podwieczorek	Jogurt naturalny.
		Kolacja	Pieczycwo graham, masło, ser żółty, kremowy serek do smarowania, miód, ogórek konserwowy, sałata zielona, herbata z cytryną.

	II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem, sos jogurtowy .
--	------------	---

Poniedziałek 28.04.2025	Podstawowa	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka maślana, masło , dżem, ser biały, pomidor, sałata, ogórek, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem, indyk pieczony, brokuły gotowane, ziemniaki , kompot.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, miód, pomidor, ogórek, rzodkiewka, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka maślana, masło , dżem, ser biały, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem, indyk pieczony, brokuły gotowane, ziemniaki , kompot.
		Podwieczerek	Kasza manna z musem jabłkowym.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, miód, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	II Kolacja	Jogurt naturalny.
		Śniadanie	Piecztywo graham, grahamka, masło, ser biały, pomidor, sałata, ogórek, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem, indyk pieczony, brokuły gotowane, ziemniaki , kompot.
		Podwieczerek	Jabłko.
Wtorek 29.04.2025	Podstawowa	Kolacja	Piecztywo graham, masło, szynka drobiowa, pomidor, ogórek, rzodkiewka, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło , szynka gotowana, dżem, ogórek kiszony, sałata, pomidor.
		Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką, filet z kurczaka w sosie śmietanowym, marchewka z groszkiem, ziemniaki , kompot.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, pieczeń rzymska ze schabu, ogórek konserwowy, sałata, papryka herbata z cytryną.
		II Kolacja	Bułka maślana.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło , szynka gotowana, dżem, sałata, pomidor.
		Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką, filet z kurczaka w sosie śmietanowym, marchewka z groszkiem, ziemniaki , kompot.
		Podwieczerek	Mus jabłkowy z bananem.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, pieczeń rzymska ze schabu, sałata, pomidor herbata z cytryną.
Środa 30.04.2025	Podstawowa	II Kolacja	Bułka maślana.
		Śniadanie	Piecztywo graham, grahamka, masło , szynka gotowana, ogórek kiszony, sałata, pomidor.
		Obiad	Zupa kalafiorowa z zacierką, filet z kurczaka w sosie śmietanowym, marchewka z groszkiem, ziemniaki , kompot.
		Podwieczerek	Mus jabłkowy z bananem, jogurt naturalny.
	Łatwostrawna	Kolacja	Piecztywo graham, masło, pieczeń rzymska ze schabu, ogórek konserwowy, sałata, papryka herbata z cytryną.
		II Kolacja	Skyr naturalny.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, serek do smarowania, dżem, papryka, ogórek, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Żurek z ziemniakami, schab w sosie pomidorowym z cukinią, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty, kompot.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, pasta twarogowa z fetą , ziołami i pomidorem, sałata, miód, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Budyń.
Środa 30.04.2025	Podstawowa	Śniadanie	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, serek do smarowania, dżem, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Żurek z ziemniakami, schab w sosie pomidorowym z cukinią, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty, kompot.
		Podwieczerek	Deserek mleczny do wyciskania w tubce.
		Kolacja	Piecztywo pszenno-żytnie, masło, pasta twarogowa z fetą , ziołami i pomidorem, sałata, miód, herbata z cytryną.
	Łatwostrawna	II Kolacja	Budyń.
		Śniadanie	Piecztywo graham, masło, szynka drobiowa, serek do smarowania, papryka, ogórek, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Żurek z ziemniakami, schab w sosie pomidorowym z cukinią, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty, kompot.
		Podwieczerek	Tarte jabłko.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kolacja	Piecztywo graham, masło, pasta twarogowa z fetą , ziołami i pomidorem, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Budyń.