

DZIEŃ	DIETA	POSIŁEK	MENU
Środa 21.05.2025	Podstawowa	Śniadanie	Pieczysto pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, serek do smarowania, dżem, papryka, ogórek, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Żurek z ziemniakami, paluszki schabowe w sosie pomidorowym z cukinią, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty, kompot.
		Kolacja	Pieczysto pszenno-żytnie, masło , pasta twarogowa z fetą , ziołami i pomidorem, sałata, miód, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Budyń.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczysto pszenno-żytnie, masło, szynka drobiowa, serek do smarowania, dżem, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Żurek z ziemniakami, paluszki schabowe w sosie pomidorowym z cukinią, kasza jęczmienna , kompot.
		Podwieczorek	Deserek mleczny do wyciskania w tubce.
		Kolacja	Pieczysto pszenno-żytnie, masło , pasta twarogowa z fetą , ziołami i pomidorem, sałata, miód, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Budyń.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczysto graham, masło, szynka drobiowa, serek do smarowania, papryka, ogórek, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Żurek z ziemniakami, paluszki schabowe w sosie pomidorowym z cukinią, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty, kompot.
		Podwieczorek	Tarte jabłko.
		Kolacja	Pieczysto graham, masło , pasta twarogowa z fetą , ziołami i pomidorem, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Budyń.
Czwartek 22.05.2025	Podstawowa	Śniadanie	Pieczysto pszenno-żytnie, bułka masłana, masło, szynka wieprzowa gotowana, serek do smarowania, dżem, papryka, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Koperkowa z ryżem , udko pieczone, buraki, ziemniaki , kompot.
		Kolacja	Pieczysto pszenno-żytnie, masło , pasta jajeczna, szynka drobiowa, sałata, ogórek, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Skyr waniliowy z granolą.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczysto pszenno-żytnie, bułka masłana, masło, szynka wieprzowa gotowana, serek do smarowania, dżem, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Koperkowa z ryżem , udko pieczone, buraki, ziemniaki , kompot.
		Podwieczorek	Kisiel z jabłkami.
		Kolacja	Pieczysto pszenno-żytnie, masło , pasta jajeczna, szynka drobiowa, sałata, pomidor, herbata z cytryną
		II Kolacja	Skyr waniliowy z granolą.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczysto graham, grahamka, masło, szynka wieprzowa gotowana, serek do smarowania, papryka, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Koperkowa z ryżem , udko pieczone, buraki, ziemniaki , kompot.
		Podwieczorek	Kisiel z jabłkami.
		Kolacja	Pieczysto graham, masło , pasta jajeczna, szynka drobiowa, sałata, ogórek, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Skyr naturalny z granolą.
Piątek 23.05.2025	Podstawowa	Śniadanie	Pieczysto 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.
		Kolacja	Pieczysto pszenno-żytnie, masło, serek topiony, serek do smarowania, jajko , miód, sałata, pomidor, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Bułka masłana.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczysto pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło, serek wiejski, dżem, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Jarzynowa z zacierką ryba po grecku, ziemniaki , kompot
		Podwieczorek	Banan + jogurt.
		Kolacja	Pieczysto pszenno-żytnie, masło, serek topiony, serek do smarowania, jajko miód, sałata, pomidor, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Bułka masłana.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczysto graham, grahamka, masło, serek wiejski, ogórek, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Pieczarkowa z zacierką , ryba po grecku, ziemniaki , kapusta kiszona , kompot.
		Podwieczorek	Gruszka+ jogurt.
		Kolacja	Pieczysto graham, masło, serek topiony, serek do smarowania, jajko sałata, pomidor, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Kefir.
	Podstawowa	Śniadanie	Pieczysto pszenno-żytnie, masło, polędwica , dżem, ogórek, rzodkiewka, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa grysikowa, makaron z kurczakiem w sosie śmietanowym z brokułami, kompot.
		Kolacja	Pieczysto pszenno-żytnie, masło, ser żółty , szynka drobiowa, pomidor, ogórek kiszony, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Maślanka.
		Śniadanie	Pieczysto pszenno-żytnie, masło, polędwica , dżem, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa grysikowa, makaron z kurczakiem w sosie śmietanowym z brokułami, kompot.

Sobota 24.05.2025	Łatwostrawna	Podwieczorek	Jogurt naturalny, herbatniki.
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, ser żółty , szynka drobiowa, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Maślanka.
	Z ograniczeniem łatwoprzyswajal- nych węglowodanów	Śniadanie	Pieczycwo graham, masło, masło, poledwica , ogórek, rzodkiewka, sałata, herbata z cytryną
		Obiad	Zupa grysikowa, makaron z kurczakiem w sosie śmietanowym z brokułami, kompot.
		Podwieczorek	Jogurt naturalny + jabłko.
		Kolacja	Pieczycwo graham, masło, ser żółty , szynka drobiowa, pomidor, ogórek kiszony, sałata, herbata z cytryną.
Niedziela 25.05.2025	Podstawowa	II Kolacja	Kefir. .
		Śniadanie	Pieczycwo 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	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, pasta twarogowa z warzywami, sałata, herbata z cytryną.
	Łatwostrawna	II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem.
		Śniadanie	Pieczycwo 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
		Podwieczorek	Serek homogenizowany + chrupki.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło, pasta twarogowa z warzywami, sałata, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem.
		Śniadanie	Pieczycwo graham, masło, jajko, szynka wieprzowa gotowana, ogórek, rzodkiewka, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Rosół z makaronem, gulasz z szynki w sosie, ziemniaki , buraki, kompot.
		Podwieczorek	Jogurt naturalny + jabłko.
		Kolacja	Pieczycwo graham, masło, pasta twarogowa z warzywami, sałata, herbata z cytryną.
Poniedziałek 26.05.2025	Podstawowa	II Kolacja	Salatka ryżowa z kurczakiem.
		Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, kajzerka, masło, dżem, szynka wieprzowa gotowana, ogórek, papryka, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem, filec z indyka w sosie ziołowym, ziemniaki, surówka z białej kapusty, kompot.
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, ser żółty, szynka krucha z fileta, masło, sałata, pomidor, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
	Łatwostrawna	II Kolacja	Ryż z jabłkami.
		Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, kajzerka, masło, dżem, szynka wieprzowa gotowana, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa jarzynowa z ryżem, filec z indyka w sosie ziołowym, ziemniaki, sałata z jogurtem, kompot.
		Podwieczorek	Wafle ryżowe , banan.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, ser żółty, szynka krucha z fileta, masło , sałata, pomidor, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Ryż z jabłkami.
		Śniadanie	Pieczycwo graham, grahamka, masło, szynka wieprzowa gotowana, ogórek, papryka, jabłko, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem, filec z indyka w sosie ziołowym, ziemniaki, surówka z białej kapusty, kompot.
		Podwieczorek	Gruszka
		Kolacja	Pieczycwo graham, ser żółty, szynka krucha z fileta, masło , sałata, pomidor, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
Wtorek 27.05.2025	Podstawowa	II Kolacja	Kefir
		Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, kajzerka, masło, dżem, szynka krucha z fileta, ogórek kiszony, pomidor, sałata, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa fasolowa z makaronem , filec z kurczaka w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna , kalafior gotowany, kompot.
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, serek wiejski, masło, sałata, pomidor, ogórek , herbata z cytryną
	Łatwostrawna	II Kolacja	Bulka maślana.
		Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, kajzerka, masło, dżem, szynka krucha z fileta, sałata, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem , filec z kurczaka w sosie śmietanowym, kasza jęczmienna , kalafior gotowany, kompot.
		Podwieczorek	Budyń waniliowy z czekoladą.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, serek wiejski, masło, sałata, pomidor , herbata z cytryną.
		II Kolacja	Bulka maślana.
		Śniadanie	Pieczycwo graham, grahamka, masło, szynka krucha z fileta, pomidor, sałata, ogórek kiszony, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa fasolowa z makaronem , filec z kurczaka w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna , kalafior gotowany kompot
		Podwieczorek	Budyń waniliowy z czekoladą.
		Kolacja	Pieczycwo graham, serek wiejski, masło, sałata, pomidor, ogórek kiszony , herbata z cytryną.

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

Środa 28.05.2025	Podstawowa	Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, bułka maślana, masło, ser żółty , kremowy serek , miód, ogórek konserwowy, pomidor, sałata, herbata z cytrynąZupa z groszkiem i groszkiem ptysiowym pulpety schabowe z ziemniakami i surówką z marchewki, kompot.
		Obiad	
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie , masło, mozzarella, jajko na twardo, sałata, ogórek, papryka, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Serek homogenizowany.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczycwo 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	Pieczycwo pszenno-żytnie , masło, mozzarella, jajko na twardo, sałata, pomidor, herbata z cytryną
		II Kolacja	Serek homogenizowany.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczycwo 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	Pieczycwo graham, masło, mozzarella, jajko na twardo, sałata, ogórek, papryka, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt naturalny.
Czwartek 29.05.2025	Podstawowa	Śniadanie	Pieczycwo 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	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło , rzodkiewka, sałata, połędwica sopocka, ogórek, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Skyr waniliowy z granolą.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, bułka kajzerka, masło , dżem, szynka krucha z fileta, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa brokułowa z makaronem , udko z kurczaka, ziemniaki , mix sałat z dressingiem ziołowym, kompot.
		Podwieczorek	Galaretka jogurtowa z biskoptem.
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło , pomidor, sałata, połędwica sopocka, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Skyr waniliowy z granolą.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczycwo 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.
		Podwieczorek	Galaretka jogurtowa z biskoptem.
		Kolacja	Pieczycwo graham, masło, rzodkiewka, sałata, połędwica sopocka, ogórek, herbata z cytryną.
		II Kolacja	Skyr naturalny z granolą.
Piątek 30.05.2025	Podstawowa	Śniadanie	Pieczycwo 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	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło , serek do smarowania, serek topiony, miód, sałata, ogórek kiszony, pomidor herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt owocowy.
	Łatwostrawna	Śniadanie	Pieczycwo pszenno-żytnie, bułka maślana, masło , pasta twarogowa , dżem, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa grysikowa, ryba po grecku, ziemniaki , kompot.
		Podwieczorek	Banan, wafle ryżowe.
		Kolacja	Pieczycwo pszenno-żytnie, masło , serek do smarowania, serek topiony, miód, sałata, pomidor herbata z cytryną.
		II Kolacja	Jogurt owocowy.
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	Pieczycwo graham, grahamka , pasta twarogowa z warzywami, pomidor, herbata z cytryną.
		Obiad	Zupa grysikowa, ryba po grecku, ziemniaki , kompot.
		Podwieczorek	Gruszka, kefir.
		Kolacja	Pieczycwo graham, masło , serek do smarowania, serek topiony, miód, sałata, ogórek kiszony, pomidor herbata z cytryną..
		II Kolacja	Jogurt naturalny.