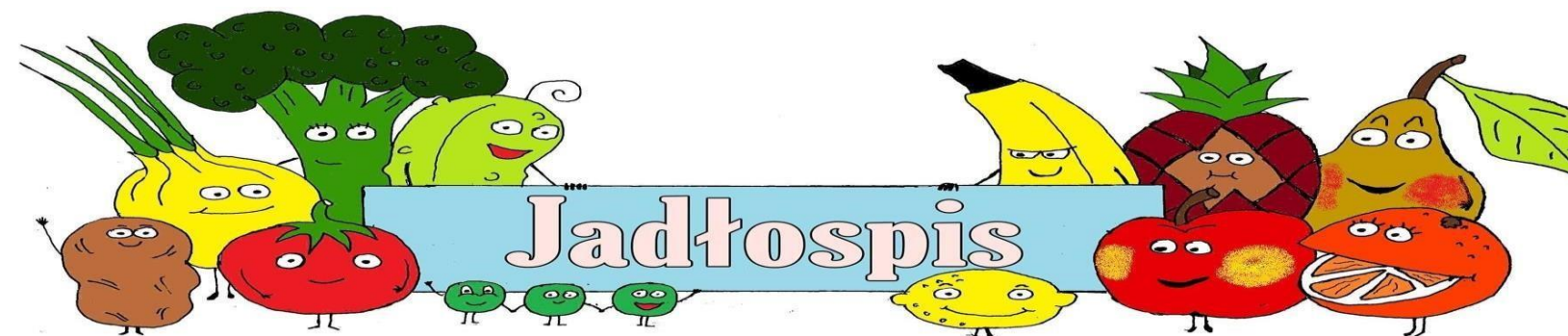
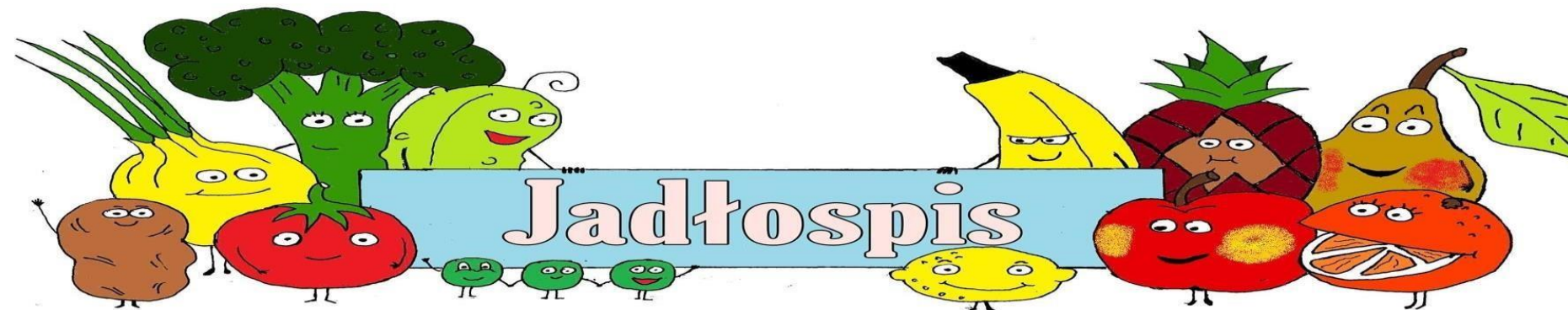


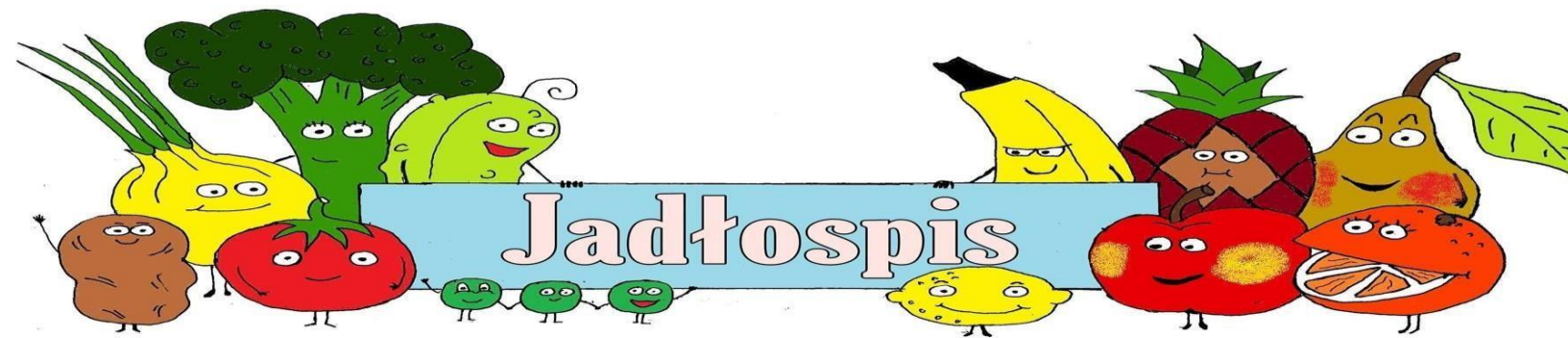
DIETA podstawowa



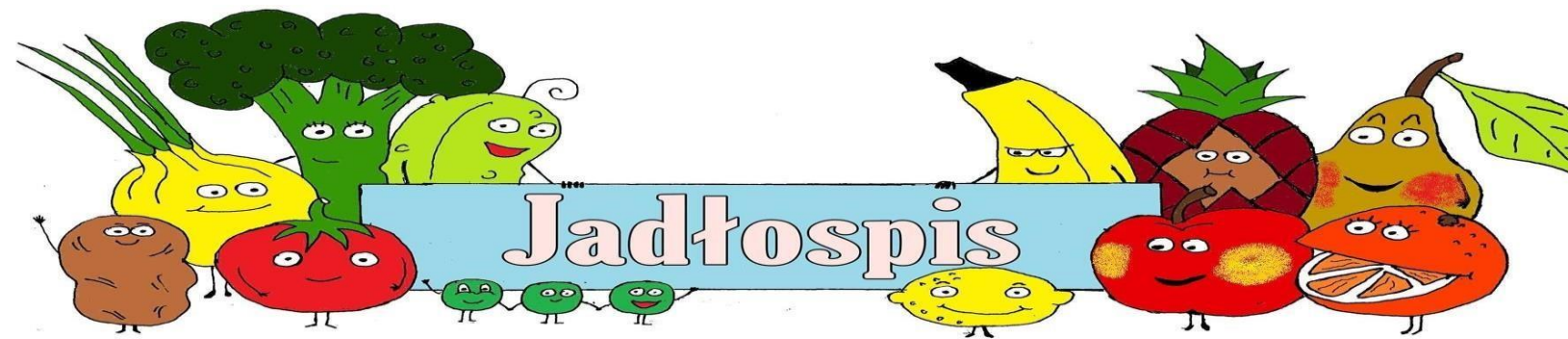
DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 30.10.2023				
WTOREK 31.10.2023				
ŚRODA 01.11.2023				
CZWARTEK 02.11.2023	<p>Płatki czekoladowe na mleku (1,7) 200ml</p> <p>Chleb żytni z ziarenkami (1) 70g, masło (7) 15g, polędwica sopocka (1,6,9,10) 20g, serek kanapkowy (7) 20g, pomidor 20g</p> <p>Kakao na mleku 250ml</p>	Jabłko 1szt	<p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml</p> <p>Kluski śląskie z sosem pieczeniowym 140g/50ml</p> <p>Warzywa na parze 60g</p> <p>Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)</p>	<p>Koktajl owocowy 100ml</p> <p>Buteczka maślana 1szt</p>
PIĄTEK 03.11.2023	<p>Chleb ze słonecznikiem (1) 70g masło (7) 15g, pasta jajeczna (4) 30g, ser żółty (7) 20g, liść sałaty</p> <p>Herbata owocowa 250ml</p>	Banan 1szt	<p>Zupa barszcz biały 250ml</p> <p>Paluszki rybne (1,3,4) 2szt</p> <p>Puree z ziemniaka (7) 100g</p> <p>Surówka z kiszanej kapusty 60g</p> <p>Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)</p>	<p>Ciastka kruche z owocowym nadzieniem 50g</p>



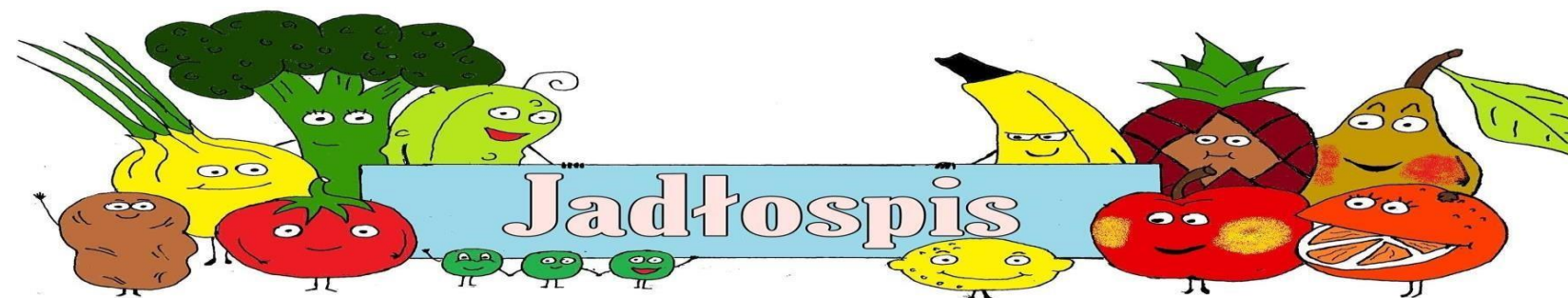
DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 06.11.2023	Kasza manna na mleku z sokiem malinowym (1,7) 200ml Chleb pszenny (1) 70g, masło (7) 15g, dżem 30g, ser biały 20g Herbata czarna z cytryną 250ml	Pomarańcz 1/2szt.	Zupa dyniowa z makaronem ryżowym 250ml Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 60g Kasza gryczana 100g Warzywa na parze 60g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Galaretka truskawkowa 100ml
WTOREK 07.11.2023	Bułka kajzerka (1), masło (7) 15g, jajko na twardo 1szt, majonez 20g, szynka extra (1,6,9), 20g, rzodkiewka 20g Kakao na mleku (1,7) 250ml	Śliwka 2szt	Zupa ogórkowa z koprem włoskim (1,7,9) 250ml Pieczeń rzymska z sosem śmietanowym 60g Kasza jęczmienna 100g Marchew z groszkiem na ciepło 60g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Jogurt z kolorową posypką 130g
ŚRODA 08.11.2023	Chleb orkiszowy (1) 70g, masło (7) 15g, parówka drobiowa na ciepło 1szt , ketchup 10g, ser żółty 20g, liść sałaty Herbata miętowa 250ml	Warzywa do chrupania (60g) - marchewka - kalarepa	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) 250ml Racuchy z jabłkiem i cynamonem 2szt Lemoniada 250ml	Kisiel 130ml Chrupki kukurydziane 15g
CZWARTEK 09.11.2023	Płatki kukurydziane na mleku(1,7) 200ml Chleb pszenny (1) 70g, masło (7) 15g, schab z majerankiem (1,6,9) 20g, serek topiony (7)20g, liść sałaty Herbata owocowa 250ml	Jabłko 1szt	Zupa kartoflanka z kiełbaską (7,9) 250 ml Pulpeciki wieprzowe w sosie z warzywami 60g/50ml Ryż z kolorowymi warzywami 100g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Wafle ryżowe 2szt Jogurt owocowy 20g
PIĄTEK 10.11.2023				



DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 13.11.2023	Płatki miodowe na mleku (1,7) 200 ml Chleb weka (1) 70g, masło (7) 15g, ser salami 20g, filet miodowy (1,6,9) 20g, papryka 20g, Herbata miętowa 250ml	Gruszka 1szt	Zupa rosół z makaronem 250ml (7,9) 250ml Pałki z kurczaka 2szt Ziemniaki 100g Surówka z białej kapusty 60g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Galaretka malinowa 100ml
WTOREK 14.11.2023	Chleb żytni (1) 70g masło (7) 15g, kiełbasa krakowska (1,6) 20g, serek topiony (7) 20g, ogórek kiszony 20g Herbata owocowa 250ml	Pomarańcz 1/2szt	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) 250ml Makaron z potrawką z indyka 120g Surówka z buraczków 60g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Deser z musem owocowym 80g
ŚRODA 15.11.2023	Bułeczka kajzerka (7) 1szt, masło (7) 15g, parówka na ciepło 1szt, ketchup 10g, ser żółty (7) 20g ogórek zielony 20g Herbata czarna 250ml	Banan 1szt	Zupa z zielonych warzyw z natką pietruszki (7,9) 250ml Pierogi ruskie 180g Jogurt naturalny 50 Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Prażone jabłka z cynamonem 80g Rogal świętomarciński (Logicus)
CZWARTEK 16.11.2023	Płatki czekoladowe na mleku (1,7) 200 ml Chleb ze słonecznikiem (1) 70g, masło(7) 15g, twarożek z rzodkiewką (7) 20g, wędlina drobiowa(1,6) 20g, liść sałaty Herbata owocowa 250ml	Warzywa do pochrupania (60g) - papryka - ogórek zielony	Zupa koperkowa z ziemniakami (1,3,9) 250ml Kotlet ziemniaczany z sosem koperkowym 1szt/50ml Colesław 60g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Jogurt z kawałkami czekolady 80g
PIĄTEK 17.11.2023	Chleb pszenny (1,) 70g, masło (7) 15g, jajko na twardo 1szt, majonez 20g, ser żółty (7) 20g, papryka 20g Kawa zbożowa z mlekiem (1,7) 250ml	Jabłko 1szt	Zupa kalafiorowa z makaronem (7,9) 250 ml Paluszki rybne (1,3,4) 2szt Ziemniaki 100g Surówka szwedzka 60g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Domowe ciasto 60g (1,3,7)



DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 20.11.2023	Płatki cytrynowe na mleku (1,7) 200ml Chleb żytni (1) 70g, masło (7) 15g, polędwica sopocka (1,6)20g, ser żółty (7) 20g, rzodkiewka 20g, Herbata owocowa 250ml	Gruszka 1szt	Zupa barszcz biały (3,7,9) 250ml Makaron spaghetti z sosem bolońskim 180g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Wafelki z czekoladą 2szt
WTOREK 21.11.2023	Chleb pszenny (1) 70g, masło (7) 15g, wędlina drobiowa z warzywami (1,6,9) 20g, pasta twarogowa (3,7) 30g, papryka 20g Herbata czarna 250ml	Pomarańcza 1/2szt	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) 250ml Kotlet mielony drobiowy 60g Ziemniaki 100g Surówka z kapusty pekińskiej 60g Lemoniada 250ml	Kisiel 130ml Herbatniki 2szt
ŚRODA 22.11.2023	Chleb orkiszowy (1) 70g, masło (7) 15g, szynka konserwowa 1,6) 20g, ser żółty wędzony (7) 20g, liść sałaty Kakao (1,7) 250ml	Jabłko 1szt	Zupa ogórkowa ze śmietaną z ryżem (7,9) 250ml Gulasz myśliwski 80g Kasza gryczana 100g Surówka z buraczków 60g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Serek homogenizowany 100g
CZWARTEK 23.11.2023	Kasza manna na mleku z sokiem malinowym (7) 200ml Chleb weka (1) 70g, masło (7)15g, pasztet 20g, serek topiony 20g (7) ogórek zielony 20g, Herbata z cytryną 250ml	Warzywa do pochrupania 60g : - marchew - papryka	Zupa z warzyw okopowych 250ml Naleśniki z twarogiem 2szt Polewa 50ml (1,3,7) Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Biszkopty 3szt
PIĄTEK 24.11.2023	Chleb wieloziarnisty (1) 70g, masło (7) 15g, , ser żółty 20g, parówka drobiowa 1szt, ketchup 10g, rzodkiewka 20g Kawa zbożowa z mlekiem (1,7) 250ml	Banan 1szt	Zupa żurek z kiełbasą (7,9) 250ml Filecik rybny panierowany 80g Ziemniaki pieczone 100g Surówka z kiszzonej kapusty 60g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Domowe ciasto (1,3,7) 60g



DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 27.11.2023	Płatki czekoladowe na mleku 200ml Chleb pszenny (1) 70g, masło (7) 15g, wędlina drobiowa (1,6) 20g, serek kanapkowy (7) 20g, papryka 20g Herbata z cytryną 250ml	Śliwka 2szt	Zupa wielowarzywna z pomidorem (1,9) 250ml Zapiekany ryż z jabłkiem i cynamonem z polewą owocową 180g/50ml Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Kisiel z jabłkiem 130ml
WTOREK 28.11.2023	Chleb orkiszowy (1) 70g, masło (7) 15g, pierś wędzona (1,6) 20g, twarożek z jogurtem (7) 20g, ogórek zielony 20g Kakao 250ml	Gruszka 1szt	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9) 250ml Klopsy w sosie pieczeniowym 60g/50ml (1,6,7) Kasza 100g Surówka z marchewki i jabłka 60g Lemoniada 250ml	Kisiel z jabłkiem 130ml Wafelki przekładane kremem krówkowym 80g
ŚRODA 29.11.2023	Chleb wieloziarnisty (1) 70g, masło(7) 15g, jajecznica (3,7) 40g, szynka wieprzowa (1,6,9) 20g, rzodkiewka 20g Kawa zbożowa z mlekiem (1,7) 250ml	Warzywa do pochrupania 60g : - marchew - kalarepka	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) 250ml Kluski leniwe z bułką tartą 190g Surówka z marchewki i jabłka 60g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Chałka 50g Dżem 30g
CZWARTEK 30.11.2023	Płatki cynamonowe z mlekiem (1,7) 200ml Chleb wieloziarnisty (1) 70g, masło (7) 15g, pasztet 20g, serek topiony 20g (7) ogórek kiszony 20g Herbata czarna 250ml	Banan 1szt	Zupa rosół z makaronem (1,9) 250ml Stek wieprzowy 60g Ziemniaki 100g Marchew z groszkiem (7) 60g Kompot 250ml (aronia, truskawka, śliwka, jabłko)	Kisiel 1300ml Chrupki kukurydziane 15g
PIĄTEK 01.12.2023				

