



MENU CZWARTEK

Śniadanie

Kanapki z dodatkami, herbata 200 ml

Dieta ogólna:

Chleb pszenny (gluten) 100g, ser żółty (laktoza) 25g, dżem truskawkowy 25g/ miód 25 g, ser biały (laktoza) 45g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, masło 82% (laktoza) 15g, pasta jajeczna 45g, warzywa świeże 55 g

Dieta cukrzycowa:

Chleb z niskim IG (gluten) 100g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 60g, ser biały (laktoza) 60 g, masło 82% (laktoza) 15g, pasta jajeczna 45g, warzywa świeże 55 g

Obiad

Dieta ogólna:

Zupa botwinkowa 300g

Kości wieprzowe, marchewka, seler, por, pietruszka, buraki, sól, pieprz, cukier, ocet, cytryna, majeranek, przyprawa jarzynka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Makaron ze szpinakiem i oliwkami czarnymi w sosie śmietanowym 300 g

Makaron pszenny (gluten, jaja), oliwki czarne z puszki, szpinak, śmietana (laktoza), sól, pieprz, przyprawa jarzynka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Kompot 200 ml

Podwieczorek: owoce sezonowe/ jogurt owocowy 150 g

Dieta cukrzycowa:

Zupa botwinkowa 300g

Kości wieprzowe, marchewka, seler, por, pietruszka, buraki, sól, pieprz, cukier, ocet, cytryna, majeranek, przyprawa jarzynka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Karczek duszony z ziemniakami i surówką 300 g

Mięso wieprzowe gotowane, ziemniaki, marchew, biała kapusta, cukier, olej rzepakowy, kapusta czerwona, sól, pieprz, kwas cytrynowy, przyprawa jarzynka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Kompot 200 ml





Podwieczorek: owoce sezonowe/jogurt naturalny 150g

Kolacja

Dieta ogólna:

Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

Chleb pszenny (gluten) 100g, ser żółty (laktoza) 25g, serek topiony kanapkowy (laktoza) 15 g , masło 85% (laktoza) 15g, ,warzywa świeże 55 g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, pasta z makreli (jaja) 45g lub sałatka warzywna (jaja) 45g.

Dieta cukrzycowa:

Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

Chleb z niskim IG (gluten) 100g, masło 85% (laktoza) 15g, , warzywa świeże 55 g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 60g, serek topiony kanapkowy (laktoza) 15 g, pasta z makreli (jaja) 45g lub sałatka warzywna (jaja) 45g.

Dieta ogólna	Energia (kcal)	2039
	Białko (g)	68
	Tłuszcze (g)	67
	Węglowodan (g)	291





MENU PIĄTEK

Śniadanie

Kanapki z dodatkami, herbata 200 ml

Dieta ogólna:

Chleb pszenny (gluten) 100g, ser żółty (laktoza) 25g, dżem truskawkowy 25g/ miód 25 g , ser biały (laktoza) 45g , szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, masło 82% (laktoza) 15g, pasta jajeczna 45g, warzywa świeże 55 g

Dieta cukrzycowa:

Chleb z niskim IG (gluten) 100g, , szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 60g, ser biały (laktoza), masło 82% (laktoza) 15g, pasta jajeczna 45g, warzywa świeże 55 g

Obiad

Dieta ogólna:

Pomidorowa z ryżem 300g

Kości wieprzowe, kości drobiowe, marchewka, seler, por, pietruszka, koncentrat pomidorowy, śmietana (laktoza), mąka pszenna (gluten), ryż biały, sól, pieprz, przyprawa jarzynka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Ryba w panierce 100g z ziemniakami 150g i surówką z kiszonej kapusty 150g

Filet z mintaja, bułka tarta (gluten), jajko, ziemniaki, cebula, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, por, pieprz, sól, kwasek cytrynowy.

Kompot 200 ml

Dieta cukrzycowa:

Krupnik 300g

Kości wieprzowe, kości drobiowe, marchewka, seler, por, pietruszka, kasza jęczmienna (gluten), sól, pieprz, przyprawa jarzynka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Ryba z pieca 100g z ziemniakami 150g i surówką z kiszonej kapusty 150g

Filet z mintaja, ziemniaki, cebula, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, por, pieprz, sól, kwasek cytrynowy.

Kompot 200 ml

Podwieczorek: owoce sezonowe/jogurt owocowy 150 g





Kolacja

Dieta ogólna:

Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

Chleb pszenny (gluten) 100g, ser żółty (laktoza) 25g, serek topiony kanapkowy (laktoza) 15 g, , masło 85% (laktoza) 15g, , warzywa świeże 55 g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, pasta z makreli (jaja) 45g lub sałatka warzywna (jaja) 45g.

Dieta cukrzycowa:

Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

Chleb z niskim IG (gluten) 100g, masło 85% (laktoza) 15g, , warzywa świeże 55 g, serek topiony kanapkowy (laktoza) 15 g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, pasta z makreli (jaja) 45g lub sałatka warzywna (jaja) 45g.

Dieta ogólna	Energia (kcal)	2005
	Białko (g)	66
	Tłuszcze (g)	65
	Węglowodan (g)	289





MENU SOBOTA

Śniadanie

Kanapki z dodatkami, herbata 200 ml

Dieta ogólna:

Chleb pszenny (gluten) 100g, ser żółty (laktoza) 25g, dżem truskawkowy 25g/ miód 25 g, ser biały (laktoza) 45g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, masło 82% (laktoza) 15g, pasta jajeczna 45g, warzywa świeże 55 g

Dieta cukrzycowa:

Chleb z niskim IG (gluten) 100g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 60g, ser biały (laktoza) 60 g, masło 82% (laktoza) 15g, pasta jajeczna 45g, warzywa świeże 55 g

Obiad

Dieta ogólna:

Zupa ogórkowa 300g

Kości wieprzowe, kości drobiowe, marchewka, seler, por, pietruszka, przecier ogórkowy, masło 82% (laktoza), koper, śmietana (laktoza), mąka pszenna (gluten), sól, pieprz, przyprawa jarzynka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Kotlet mielony 100g z ziemniakami 150g i mizerią 150g

Mięso wieprzowe, mięso wołowe, cebula, jaja, bułka pszenna (gluten), ziemniaki, śmietana (laktoza), ogórek zielony, cukier, sól, pieprz, przyprawa maggi.

Kompot 200 ml

Dieta cukrzycowa

Zupa ogórkowa 300g

Kości wieprzowe, kości drobiowe, marchewka, seler, por, pietruszka, przecier ogórkowy, masło 82% (laktoza), koper, śmietana (laktoza), mąka pszenna (gluten), sól, pieprz, przyprawa jarzynka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Kotlet mielony 100g z ziemniakami 150g i warzywami gotowanymi 150g

Mięso wieprzowe, mięso wołowe, cebula, jaja, bułka pszenna (gluten), ziemniaki, marchewka/ kalafior/ brokuł/ fasolka, sól, pieprz, przyprawa maggi.

Kompot 200 ml

Podwieczorek: owoce sezonowe/jogurt owocowy 150 g





Kolacja

Dieta ogólna:

Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

Chleb pszenny (gluten) 100g, ser żółty (laktoza) 25g, serek topiony kanapkowy (laktoza) 15 g, masło 85% (laktoza) 15g, warzywa świeże 55 g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, pasta z makreli (jaja) 45g lub sałatka warzywna (jaja) 45g.

Dieta cukrzycowa:

Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

Chleb z niskim IG (gluten) 100g, , masło 85% (laktoza) 15g, warzywa świeże 55 g, serek topiony kanapkowy (laktoza) 15 g szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 60g, pasta z makreli (jaja) 45g lub sałatka warzywna (jaja) 45g.

Dieta ogólna	Energia (kcal)	2039
	Białko (g)	68
	Tłuszcze (g)	67
	Węglowodan (g)	291





MENU NIEDZIELA

Śniadanie

Kanapki z dodatkami, herbata 200 ml

Dieta ogólna:

Chleb pszenny (gluten) 100g, ser żółty (laktoza) 25g, dżem truskawkowy 25g/ miód 25 g , ser biały (laktoza) 45g , szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, masło 82% (laktoza) 15g, pasta jajeczna 45g, warzywa świeże 55 g

Dieta cukrzycowa:

Chleb z niskim IG (gluten) 100g, , szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 60g, ser biały (laktoza), masło 82% (laktoza) 15g, pasta jajeczna 45g, warzywa świeże 55 g

Obiad

Dieta ogólna:

Rosół z makaronem 300g

Udziec z indyka, udko z kurczaka, wołowina, marchewka, seler, por, pietruszka, sól, pieprz, makaron pszenny (gluten, jaja), przyprawa jarzynka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Pieczone udko z kurczaka 250g z ziemniakami 150g i marchewką gotowaną 150g

Udko z kurczaka, ziemniaki, marchewka, mąka pszenna (gluten), sól, pieprz, olej, masło 82% (laktoza), pieprz ziołowy, papryka słodka, przyprawa jarzynka/ przyprawa do kurczaka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Kompot 200 ml

Dieta cukrzycowa

Rosół z makaronem 300g

Udziec z indyka, udka z kurczaka, wołowina, marchewka, seler, por, pietruszka, sól, pieprz, makaron pszenny (gluten, jaja), przyprawa jarzynka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Pieczone udko z kurczaka 250g z ziemniakami 150g i marchewką gotowaną 150g

Udko z kurczaka, ziemniaki, marchewka, mąka pszenna (gluten) sól, pieprz, olej, masło 82% (laktoza), pieprz ziołowy, papryka słodka, przyprawa jarzynka/ przyprawa do kurczaka (gluten, seler, może zawierać jaja, mleko, soję, gorczycę).

Kompot 200 ml





Podwieczorek: owoce sezonowe/ jogurt owocowy 150 g

Kolacja

Dieta ogólna:

Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

Chleb pszenny (gluten) 100g, ser żółty (laktoza) 25g, serek topiony kanapkowy (laktoza) 15 g, masło 85% (laktoza) 15g, warzywa świeże 55 g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 40g, pasta z makreli (jaja) 45g lub sałatka warzywna (jaja) 45g.

Dieta cukrzycowa:

Kanapki z dodatkami, herbata 200ml

Chleb z niskim IG (gluten) 100g, masło 85% (laktoza) 15g, serek topiony kanapkowy (laktoza) 15 g, warzywa świeże 55 g, szynka (soja, może zawierać mleko, gluten, seler, gorczycę) 60g, pasta z makreli (jaja) 45g lub sałatka warzywna (jaja) 45g.

Dieta ogólna	Energia (kcal)	2039
	Białko (g)	68
	Tłuszcze (g)	67
	Węglowodan (g)	291





Wykaz składników w poszczególnych produktach:

Chleb zwykły - Mąka pszenna typ 500 95%, woda, drożdże, sól, cukier

Chleb razowy - Naturalny żytni zakwas 50%, mąka żytnia razowa typ 2000 35%, mąka pszenna typ 500 15%, woda, sól

Serek Topiony - Woda, masło, ser (w tym tylżycki 10%), serwatka w proszku (z mleka), mleko w proszku odtłuszczone, skrobia kukurydziana, sole emulgujące: E450, E452, E339, stabilizatory: E407, E415, sól

Jogurt naturalny - Mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz L. acidophilus i Bifidobacterium lactis.

Twarożek - Mleko pasteryzowane, śmietana pasteryzowana, kultury bakterii fermentacji mlekowej.

Kiełbasa dębowa

Mięso wieprzowe (97%), sól, przyprawy, stabilizatory cytryniany sodu, wzmacniacz smaku glutaminian manasadowy, przeciwutleniacz izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca azotyn sodu. Produkt może zawierać: soję, gluten, mleko, orzechy, seler, gorczycę, sezam, jaja.

Polędwica sopocka

Schab wieprzowy bez kości (77%), woda, sól, białko sojowe, błonnik pszenny, gluten, glukoza, ekstrakty przypraw, stabilizator E451, substancja zagęszczająca E407a, białko zwierzęce (hemoglobina wieprzowa), wzmacniacz smaku E621, przeciwutleniacz E316, dekstroza, aromat, substancja konserwująca E250. Możliwa obecność selera, gorzycy, mleka (laktozy), jaj.

Szynka krucha z tłuszczkiem

Mięso wieprzowe, białko sojowe, cukry, glukoza, przeciwutleniacze E316, substancje konserwujące E260, sól, pieprz,

Ser żółty

Mleko, sól, bakterie fermentacji mlekowych (zawierają laktozę (z mleka)), stabilizator: chlorek wapnia, substancja konserwująca: lizozym (wytwarzany z jaj), barwnik annato.

Dżem truskawkowy

Cukier truskawki (35%), woda, substancja zagęszczająca – pektyny, regulator kwasowości – kwas cytrynowy, substancja konserwująca – sorbinian potasu, aromat.

Uwaga!!!!

W dni świąteczne oraz ustawowo wolne menu może ulec zmianie.

