

# TYDZIEŃ I(05.08.2024-11.08.2024)

NORMALNA

## ŚNIADANIE

|                         | poniedziałek                                   | wtorek                                  | środa                               | czwartek                               | piątek                           | sobota                               | niedziela                             |
|-------------------------|--|---|-------------------------------------|--|----------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|
| <b>Z .M.<br/>300ml.</b> | makaron na mleku                               | kasza kukurydziana                      | zacierki na mleku                   | płatki owsiane górskie                 | płatki jęczmienne                | kasza manna                          | ryż na mleku                          |
| <b>Pieczyno</b>         | Chleb pszenny(70g)<br>2 kromka                 | Chleb pszenny(70g)<br>2 kromka          | Chleb pszenny(70g)<br>2 kromka      | Chleb pszenny(70g)<br>2 kromka         | Chleb pszenny(70g)<br>2 kromka   | Chleb pszenny(70g)<br>2 kromka       | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki        |
| <b>Bułka</b>            | Kajzerka(60g)1<br>sztuka                       | Kajzerka(60g)1 sztuka                   | Kajzerka(60g)<br>1 sztuka           | Kajzerka(60g)1 sztuka                  | Kajzerka(60g)1<br>sztuka         | Kajzerka(60g)<br>1 sztuka            |                                       |
| <b>Nabiał</b>           | Masło<br>śmietankowe(10g)                      | Masło<br>śmietankowe(10g)               | Masło<br>śmietankowe(10g)           | Masło<br>śmietankowe(10g)              | Masło<br>śmietankowe(10g)        | Masło<br>śmietankowe(10g)            | Masło<br>śmietankowe(10g)             |
| <b>Dodatki</b>          | Twarożek z<br>rzodkiewką i<br>koperkiem (100g) | Mozzarella(60g)<br>3 plastry            | Jajko<br>gotowane(100g) 2<br>sztuki | Szynka wiejska(40g)<br>2 plastry       | Ser żółty(40g)2<br>plastry       | Szynka<br>drobiowa(60g)<br>3 plastry | Mozzarella(40g)2<br>plastry           |
|                         | Szynka babuni(40g)<br>2 plastry                | Kiełbasa<br>krakowska(40g)<br>2 plastry | Szynka<br>sopocka(40g)<br>2 plastry | Ser żółty(20g)1 plaster<br>Hummus(40g) | Jajko gotowane(100g)<br>2 sztuki | Pasta<br>pieczarkowa(50g)            | Szynka<br>wieprzowa(40g)<br>2 plastry |
| <b>Warzywa</b>          | Rzodkiewka 2 sztuki                            | Pomidor(50g)                            | Ogórek(100g)                        | Rzodkiewka 2 sztuki                    | Ogórek zielony(50g)              | Pomidor(50g)                         | Rzodkiewka 2 sztuki                   |
|                         | Salata(1g)                                     | Salata(1g)                              | Salata(1g)                          | Salata(1g)                             | Salata(1g)                       | Salata(1g)                           | Salata(1g)                            |
|                         | Ogórek(50g)                                    | Papryka czerwona(50g)                   | Rukola (10g)                        | Papryka<br>czerwona(50g)               | Rukola(10g)                      | Papryka<br>czerwona(50g)             | Ogórek zielony(50g)                   |
| <b>Alergeny</b>         | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, JAJ, GOR                | MLE, GLU, SOJ, SEL,<br>JAJ, GOR         | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, JAJ, GOR     | MLE, GLU, SOJ, SEL,<br>JAJ, GOR        | MLE, GLU, SOJ, SEL,<br>JAJ, GOR  | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, JAJ, GOR      | MLE, GLU, SOJ, SEL,<br>JAJ, GOR       |

NORMALNA

# TYDZIEŃ I(05.08.2024-11.08.2024)

## OBIAD

|                   | poniedziałek                        | wtorek  | środa                               | czwartek                           | piątek                                       | sobota  | niedziela                        |
|-------------------|-------------------------------------|---|-------------------------------------|------------------------------------|--|---|----------------------------------|
| <b>Zupa 350ml</b> | Pomidorowa z ziemniakami            | Jarzynowa   | Barszcz ukraiński                   | Ogórkowa                           | Krupnik                                      | Kalafiorowa                                       | Rosół z makaronem jasnym         |
| <b>Mięso</b>      | Frykadunki w sosie koperkowym(100g) | Pierogi z serem w polewie owocowo-jogurtowej(5szt.) | Kotlet panierowany z kurczaka(100g) | Gulasz wieprzowy w warzywach(100g) | Makaron jasny z jogurtem i truskawkami(300g) | Kotlet mielony(100g)                              | Kotlet schabowy(100g)            |
| <b>Dodatki</b>    | Ziemniaki z koperkiem(150g)         |   | Ziemniaki z koperkiem(150g)         | Kasza gryczana(150g)               |  | Kasza jęczmienna(150g)                            | Ziemniaki z koperkiem(150g)      |
| <b>Warzywa</b>    | Mizeria(100g)                       |   | Salata masłowa z jogurtem(150g)     | Ćwikła(100g)                       | Jabłko 1 sztuka                              | Salata lodowa z dodatkami w sosie vinegrett(150g) | Marchewka tarta z jabłkiem(150g) |
|                   | Jarzynka na ciepło(100g)            |   | Marchew gotowana z masłem(100g)     |                                    |  | Warzywa gotowane(100g)                            | Brokuł gotowany(100g)            |
| <b>Napój</b>      | Kompot owocowy bez cukru(200ml)     | Mięta(200ml)  | Kompot owocowy bez cukru(200ml)     | Mięta(200ml)                       | Kompot owocowy bez cukru(200ml)              | Mięta(200ml)                                      | Kompot owocowy bez cukru(200ml)  |
|                   | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR        | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                        | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR        | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR       | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                 | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR     |

NORMALNA

# TYDZIEŃ I(05.08.2024-11.08.2024)

## KOLACJA

|                      | poniedziałek               | wtorek                        | środa                       | czwartek                          | piątek                      | sobota                      | niedziela                    |
|----------------------|----------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| <b>Pieczyno</b>      | Chleb pszenny(90g)3 kromki | Chleb pszenny(90g) 3 kromki   | Chleb pszenny(90g) 3 kromki | Chleb pszenny(90g) 3 kromki       | Chleb pszenny(90g) 3 kromki | Chleb pszenny(90g) 3 kromki | Chleb pszenny(90g) 3 kromki  |
| <b>Nabiał</b>        | Masło śmietankowe(10g)     | Masło śmietankowe(10g)        | Masło śmietankowe(10g)      | Masło śmietankowe(10g)            | Masło śmietankowe(10g)      | Masło śmietankowe(10g)      | Masło śmietankowe(10g)       |
| <b>Dodatki</b>       | Ser żółty(60g) 3 plastry   | Szynka parzona(40g) 2 plastry | Ser biały(100g)             | Szynka miodowa(40g) 2 plastry     | Mozzarella(60g) 3 plastry   | Ser biały(90g)              | Serek szczypiorowy(50g)      |
|                      | Hummus(40g)                | Pasta mięsno-jajeczna (50g)   | Dżem(45g)                   | Pasta jajeczno-koperkowa(50g)     | Twaróg(50g)<br>Miód(25g)    | Pasztet(60g) 2 plastry      | Żywiecka(40g) 2 plastry      |
| <b>Warzywa/Owoce</b> | Salata(1g)                 | Salata(1g)                    | Salata(1g)                  | Salata(1g)                        | Salata(1g)                  | Salata(1g)                  | Salata(1g)                   |
|                      | Pomidor(50g)               | Rzodkiewka 2 sztuki           | Pomidor(50g)                | Rukola(50g)                       | Pomidor(50g)                | Ogórek(50g)                 | Rzodkiewka 2 sztuki          |
|                      | Jabłko 1 sztuka            | Ogórek(50g)                   | Jabłko 1 sztuka             | Ogórek(50g)                       |                             | Jabłko 1 sztuka             | Pomidor(50g)                 |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR    | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR       | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR     | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR, RYB | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR     | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR     | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR |

LEKKOSTRAWNA

ŚNIADANIE

## TYDZIEŃ I(05.08.2024-11.08.2024)

|                           | poniedziałek                    | wtorek                         | środa                            | czwartek                                  | piątek                           | sobota                            | niedziela                          |
|---------------------------|---------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|---|----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| <b>Zupa mleczna 300ml</b> | makaron na mleku                | kasza kukurydziana             | zacierki na mleku                | płatki owsiane górskie                    | płatki jęczmienne                | kasza manna                       | ryż na mleku                       |
| <b>Pieczyno</b>           | Chleb pszenny(60g)<br>2 kromki  | Chleb pszenny(60g)<br>2 kromki | Chleb pszenny(60g)<br>2 kromki   | Chleb pszenny(60g)<br>2 kromki            | Chleb pszenny(60g)<br>2 kromki   | Chleb pszenny(60g)<br>2 kromki    | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki     |
| <b>Bułka</b>              | Kajzerka(60g)<br>1 sztuka       | Kajzerka(60g)<br>1 sztuka      | Kajzerka(60g)<br>1 sztuka        | Kajzerka(60g)<br>1 sztuka                 | Kajzerka(60g)<br>1 sztuka        | Kajzerka(60g)<br>1 sztuka         |                                    |
| <b>Nabiał</b>             | Masło śmietankowe(10g)          | Masło śmietankowe(10g)         | Masło śmietankowe(10g)           | Masło śmietankowe(10g)                    | Masło śmietankowe(10g)           | Masło śmietankowe(10g)            | Masło śmietankowe(10g)             |
| <b>Dodatki</b>            | Twarożek z koperkiem (100g)     | Mozzarella(60g)<br>3 plastry   | Jajko gotowane(100g)<br>2 sztuki | Szynka wiejska(40g)<br>2 plastry          | Ser żółty(40g)2<br>plastry       | Szynka drobiowa(60g)<br>3 plastry | Mozzarella(40g)<br>2 plastry       |
|                           | Szynka babuni(40g)<br>2 plastry | Szynkowa(40g)<br>2 plastry     | Szynka sopocka(40g)<br>2 plastry | Ser żółty(20g)1<br>plaster<br>Hummus(40g) | Jajko gotowane(100g)<br>2 sztuki | Pasta koperkowa(50g)              | Szynka wieprzowa(40g)<br>2 plastry |
| <b>Warzywa/Owoce</b>      | Jabłko 1 sztuka                 | Pomidor bez skórki (50g)       | Pomidor bez skórki(100g)         | Sałata(1g)                                | Jabłko 1 sztuka                  | Pomidor bez skórki(50g)           | Jabłko 1 sztuka                    |
|                           | Sałata(1g)                      | Sałata(1g)                     | Sałata(1g)                       |   | Sałata(1g)                       | Sałata(1g)                        | Sałata(1g)                         |
| <b>Stodkie</b>            | Bułka mleczna(40g)              | Chrupki kukurydziane(20g)      |                                  | Wafle ryżowe(10g)                         |                                  |                                   | Kisiel owocowy(150g)               |
| <b>Alergeny</b>           | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR    | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR        | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR                   | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR     | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR            |

LEKKOSTRAWNA

OBIAD

## TYDZIEŃ I(05.08.2024-11.08.2024)

|                      | poniedziałek                              | wtorek  | środa   | czwartek                              | piątek                                       | sobota                           | niedziela                                 |
|----------------------|---|---|---|---------------------------------------|--|----------------------------------|---|
| <b>Zupa</b><br>350ml | Wiosenna                                  | Jarzynowa   | Barszcz czerwony                              | Koperkowa                             | Krupnik                                      | Jarzynowa zabieleniana           | Rosół z makronem jasnym                   |
| <b>Mięso</b>         | Frykadki w sosie koperkowym(100g)         | Pierogi z serem w polewie owocowo-jogurtowej(5szt.) | Filet drobiowy gotowany w sosie własnym(100g) | Gulasz łatwostrawny z warzywami(100g) | Makaron jasny z jogurtem i truskawkami(300g) | Pulpety w sosie koperkowym(200g) | Sztuka mięsa w sosie pieczeniowym(100g)   |
| <b>Dodatki</b>       | Ziemniaki z koperkiem(150g)               |   | Ziemniaki z koperkiem(150g)                   | Kasza jęczmienna perłowa(150g)        |  | Kasza jęczmienna(150g)           | Ziemniaki z koperkiem(150g)               |
| <b>Warzywa</b>       | Jarzynka na ciepło(100g)                  |   | Marchewka gotowana z masłem(100g)             | Duszone buraczki(100g)                | Jabłko 1 sztuka                              | Warzywa gotowane(100g)           | Marchewka gotowana(100g)                  |
| <b>Napój</b>         | Kompot owocowy bez cukru(sam wywar)-200ml | Mięta 200ml   | Kompot owocowy bez cukru(sam wywar)-200ml     | Mięta(200ml)                          | Kompot owocowy bez cukru(sam wywar)-200ml    | Mięta 200ml                      | Kompot owocowy bez cukru(sam wywar)-200ml |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR              | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR                             | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR                       | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR               | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                 | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR                   |

LEKKOSTRAWNA

KOLACJA

## TYDZIEŃ I(05.08.2024-11.08.2024)

|                      | poniedziałek                     | wtorek                            | środa                            | czwartek                          | piątek                           | sobota                           | niedziela                          |
|----------------------|----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| <b>Pieczyno</b>      | Chleb pszenney(105g)<br>3 kromki | Chleb pszenney(105g)<br>3 kromki  | Chleb pszenney(105g)<br>3 kromki | Chleb pszenney(105g)<br>3 kromki  | Chleb pszenney(105g)<br>3 kromki | Chleb pszenney(105g)<br>3 kromki | Chleb pszenney(105g)<br>3 kromki   |
| <b>Nabiał</b>        | Masło śmietankowe(10g)           | Masło śmietankowe(10g)            | Masło śmietankowe(10g)           | Masło śmietankowe(10g)            | Masło śmietankowe(10g)           | Masło śmietankowe(10g)           | Masło śmietankowe(10g)             |
| <b>Dodatki</b>       | Ser żółty(60g)<br>3 plastry      | Szynka parzona(40g)<br>2 plastry  | Ser biały(100g)                  | Szynka miodowa(40g) 2<br>plastry  | Mozzarella(60g)<br>3 plastry     | Ser twarogowy koperkowy(90g)     | Mozzarella(40g)<br>2 plastry       |
|                      | Hummus(40g)                      | Lekka pasta mięsno-jajeczna (50g) | Dżem(45g)                        | Pasta jajeczno-koperkowa(50g)     | Twaróg(50g)<br>Miód(25g)         | Szynka babuni(40g)<br>2 plastry  | Szynka wieprzowa(40g) 2<br>plastry |
| <b>Warzywa/Owoce</b> | Salata(1g)                       | Salata(1g)                        | Salata(1g)                       | Salata(1g)                        | Salata(1g)                       | Salata(1g)                       | Salata(1g)                         |
|                      | Pomidor bez skóry(100g)          | Chrupki kukurydziane(30g)         | Jabłko 1 sztuka                  | Pomidor bez skóry(100g)           | Chrupki kukurydziane(20g)        | Jabłko 1 sztuka                  | Pomidor bez skóry(100g)            |
|                      | Jabłko 1 sztuka                  |                                   |                                  |                                   |                                  |                                  |                                    |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR, RYB | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR       |

**CUKRZYCA**

**ŚNIADANIE**

## TYDZIEŃ I(05.08.2024-11.08.2024)

|                      | poniedziałek                                  | wtorek                                  | środa                               | czwartek                         | piątek                              | sobota                               | niedziela                             |
|----------------------|---|---|-------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|
| <b>Pieczyno</b>      | Chleb razowy(70g)<br>2 kromka                 | Chleb razowy(70g)<br>2 kromka           | Chleb razowy(70g)<br>2 kromka       | Chleb razowy(70g)<br>2 kromka    | Chleb razowy(70g)<br>2 kromka       | Chleb razowy(70g)<br>2 kromka        | Chleb razowy(70g)<br>2 kromka         |
| <b>Nabiał</b>        | Masło<br>śmietankowe(5g)                      | Masło<br>śmietankowe(5g)                | Masło<br>śmietankowe(5g)            | Masło<br>śmietankowe(5g)         | Masło<br>śmietankowe(5g)            | Masło<br>śmietankowe(5g)             | Masło<br>śmietankowe(5g)              |
| <b>Dodatki</b>       | Twarożek z<br>rzodkiewką i<br>koperkiem (60g) | Mozzarella(20g)<br>1 plaster            | Jajko<br>gotowane(100g) 1<br>sztuka | Szynka wiejska(40g)<br>2 plastry | Ser żółty(40g)2<br>plastry          | Szynka<br>drobiowa(40g)<br>2 plastry | Mozzarella(20g)<br>1 plaster          |
|                      | Szynka babuni(40g)<br>2 plastry               | Kiełbasa<br>krakowska(40g)<br>2 plastry | Szynka<br>sopocka(40g)<br>2 plastry | Hummus(40g)                      | Jajko<br>gotowane(100g)<br>1 sztuka | Pasta<br>pieczarkowa(50g)            | Szynka<br>wieprzowa(40g)<br>2 plastry |
| <b>Warzywa/Owoce</b> | Rzodkiewka 2 sztuki                           | Ogórek zielony(50g)                     | Pomidor(100g)                       | Rzodkiewka 2 sztuki              | Ogórek zielony(50g)                 | Pomidor(50g)                         | Rzodkiewka 2 sztuki                   |
|                      | Salata(1g)                                    | Salata(1g)                              | Salata(1g)                          | Salata(1g)                       | Salata(1g)                          | Salata(1g)                           | Salata(1g)                            |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, JAJ, GOR               | MLE, GLU, SOJ, SEL,<br>GOR              | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL,<br>GOR       | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, JAJ, GOR     | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, GOR            |

### CUKRZYCA

### II ŚNIADANIE

|                                      | poniedziałek                    | wtorek                     | środa                      | czwartek                        | piątek                           | sobota                     | niedziela                   |
|--------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------------|----------------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| <b>Nabiał/<br/>Owoc/<br/>Dodatek</b> | Jogurt naturalny-<br>Skyr(150g) | Jabłko grubo tarte(20g)    | Kefir z<br>otrębami(100g)  | Jogurt naturalny-<br>Skyr(150g) | Jabłko grubo<br>tarte(20g)       | Kefir z<br>otrębami(100g)  | Jogurt naturalny-Skyr(150g) |
|                                      |                                 | Masło orzechowe(20g)       | Jabłko(1szt.)              | Jabłko(1 szt.)                  |                                  | Masło<br>orzechowe(20g)    | Jabłko(1szt.)               |
|                                      |                                 | Wafle ryżowe(20g) 2 sztuki |                            |                                 | Wafle<br>ryżowe(20g) 2<br>sztuki |                            |                             |
| <b>Alergeny</b>                      | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, JAJ, GOR | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR    | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, GOR | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, GOR      | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, JAJ, GOR  | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, GOR | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR     |

### CUKRZYCA

### OBIAD

## TYDZIEŃ I(05.08.2024-11.08.2024)

|                   | poniedziałek                      | wtorek                                 | środa   | czwartek                           | piątek                                      | sobota                           | niedziela   |
|-------------------|-----------------------------------|--|---|------------------------------------|---|----------------------------------|---|
| <b>Zupa 350ml</b> | Zupa pomidorowa z ziemniakami     | Jarzynowa                              | Barszcz ukraiński                             | Ogórkowa                           | Krupnik                                     | Kalafiorowa                      | Rosół z makaronem razowym                         |
| <b>Mięso</b>      | Frykadki w sosie koperkowym(100g) | Pierogi razowe z kaszą gryczaną(5szt.) | Filet drobiowy gotowany w sosie własnym(100g) | Gulasz wieprzowy w warzywach(100g) | Makaron razowy w sosie wielowarzywnym(300g) | Pulpety w sosie koperkowym(200g) | Sztuka mięsa w sosie pieczeniowym(100g)           |
| <b>Dodatki</b>    | Ziemniaki z koperkiem(100g)       |  | Ziemniaki z koperkiem(100g)                   | Kasza gryczana(100g)               |   | Kasza jęczmienna(100g)           | Ziemniaki z koperkiem(100g)                       |
| <b>Warzywa</b>    | Mizeria(100g)                     |  | Surówka z białej kapusty(100g)                | Salata masłowa z jogurtem(150g)    | Ćwikła(100g)                                | Surówka wiosenna(150g)           | Salata lodowa z dodatkami w sosie vinegrett(150g) |
|                   | Jarzynka na ciepło(100g)          | Marchew gotowana z masłem(100g)        |   | Warzywa gotowane(100g)             |   |                                  | Brokuł(100g)                                      |
| <b>Napój</b>      | Kompot owocowy bez cukru(200ml)   | Mięta (200ml)                          | Kompot owocowy bez cukru(200ml)               | Mięta(200ml)                       | Kompot owocowy bez cukru(200ml)             | Mięta (200ml)                    | Kompot owocowy bez cukru(200ml)                   |
| <b>Alergeny</b>   | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                  | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR       | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR     | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                      |

**CUKRZYCA**

### PODWIECZOREK

|                                    | poniedziałek                                     | wtorek                    | środa  | czwartek                  | piątek   | sobota                    | niedziela  |
|------------------------------------|--|---------------------------|--|---------------------------|--|---------------------------|--|
| <b>Przekąska/ Pieczywo/ Nabiał</b> | Sok pomidorowy(100ml)                            | Kefir 0% naturalny(200ml) | Sok pomidorowy(100ml)                            | Kefir 0% naturalny(200ml) | Sok pomidorowy(100ml)                            | Kefir 0% naturalny(200ml) | Sok pomidorowy(100ml)                            |
|                                    | Chleb żytni(35g) 1 kromka                        |                           | Chleb żytni(35g) 1 kromka                        |                           | Chleb żytni(35g) 1 kromka                        |                           | Chleb żytni(35g) 1 kromka                        |
|                                    | Serek homogenizowany, naturalny 0% tłuszczu(15g) |                           | Serek homogenizowany, naturalny 0% tłuszczu(15g) |                           | Serek homogenizowany, naturalny 0% tłuszczu(15g) |                           | Serek homogenizowany, naturalny 0% tłuszczu(15g) |
| <b>Alergeny</b>                    | MLE, GLU, SEL                                    |                           | MLE, GLU, SEL                                    |                           | MLE, GLU, SEL                                    |                           | MLE, GLU, SEL                                    |

**CUKRZYCA**

### KOLACJA

## TYDZIEŃ I(05.08.2024-11.08.2024)

|                      | poniedziałek                  | wtorek                           | środa                         | czwartek                          | piątek                        | sobota                        | niedziela                     |
|----------------------|-------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| <b>Pieczyno</b>      | Chleb razowy(70g)<br>2 kromki | Chleb razowy(70g)<br>2 kromki    | Chleb razowy(70g)<br>2 kromki | Chleb razowy(70g)<br>2 kromki     | Chleb razowy(70g)<br>2 kromki | Chleb razowy(70g)<br>2 kromki | Chleb razowy(70g)<br>2 kromki |
| <b>Nabiał</b>        | Masło śmietankowe(5g)         | Masło śmietankowe(5g)            | Masło śmietankowe(5g)         | Masło śmietankowe(5g)             | Masło śmietankowe(5g)         | Masło śmietankowe(5g)         | Masło śmietankowe(5g)         |
| <b>Dodatki</b>       | Ser żółty(40g)<br>2 plastry   | Szynka parzona(40g)<br>2 plastry | Ser biały(100g)               | Szynka miodowa(40g)<br>2 plastry  | Mozzarella(40g)<br>2 plastry  | Ser biały(40g)                | Serek szczypiorkowy(50g)      |
|                      | Hummus(40g)                   | Pasta mięsno-jajeczna (50g)      | Paszтет(30g) 1 plaster        | Pasta jajeczno-koperkowa(50g)     | Twaróg(50g)                   | Paszтет(30g) 1 plaster        | Żywiecka(40g)<br>2 plastry    |
| <b>Warzywa/Owoce</b> | Salata(1g)                    | Salata(1g)                       | Salata(1g)                    | Salata(1g)                        | Salata(1g)                    | Salata(1g)                    | Salata(1g)                    |
|                      | Pomidor(50g)                  | Rzodkiewka 2 sztuki              | Pomidor(50g)                  | Rukola(50g)                       | Pomidor(50g)                  | Ogórek(50g)                   | Pomidor(50g)                  |
|                      | Jabłko 1 sztuka               |                                  | Ogórek(50g)                   | Jabłko 1 sztuka                   |                               | Ogórek(50g)                   | Jabłko 1 sztuka               |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR       | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR       | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR, RYB | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR       | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR       | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR  |

### CUKRZYCA

### KOLACJA NOC

|                      | poniedziałek                        | wtorek                              | środa                           | czwartek                        | piątek                          | sobota                          | niedziela                       |
|----------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| <b>Pieczyno</b>      | Chleb żytni razowy(35g)<br>1 kromka | Chleb żytni razowy(35g)<br>1 kromka | Chleb żytni razowy(35g)1 kromka | Chleb żytni razowy(35g)1 kromka | Chleb żytni razowy(35g)1 kromka | Chleb żytni razowy(35g)1 kromka | Chleb żytni razowy(35g)1 kromka |
| <b>Nabiał</b>        | Masło śmietankowe(1g)               | Masło śmietankowe(1g)               | Masło śmietankowe(1g)           | Masło śmietankowe(1g)           | Masło śmietankowe(1g)           | Masło śmietankowe(1g)           | Masło śmietankowe(1g)           |
| <b>Dodatki</b>       | Żywiecka(20g)                       | Szynka drobiowa(15g)                | Krakowska(15g)                  | Żywiecka(20g)                   | Szynka drobiowa(15g)            | Szynka drobiowa(15g)            | Krakowska(20g)                  |
| <b>Warzywa/Owoce</b> | Ogórek(50g)                         | Ogórek(50g)                         | Rzodkiewka 2 sztuki             | Ogórek(50g)                     | Ogórek(50g)                     | Rzodkiewka 2 sztuki             | Ogórek(50g)                     |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR             | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR             | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR         | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR         | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR         | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR         | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR         |