

OLMEDICA PONIEDZIAŁEK 2 11.03.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twarógzek ze szczypiorami 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza peczak 160g, duszona sztuka mięsa wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 120g, gotowany brokuł 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15, połędwica sopocka 50g, serkek toplony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, pomidor 50g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa suwalska 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza peczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, połędwica sopocka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.
paperska	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), konserwa suwalska mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza peczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), połędwica sopocka 50g, mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%/10g, jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza peczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%/10g, połędwica sopocka 30g, liść sałaty, jogurt owocowy 1 szt.
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa suwalska mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza peczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna, połędwica sopocka 50g, mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g
miskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., schab gotowany 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soi		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo got. 1 szt., krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza peczak 200g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15, połędwica sopocka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa suwalska 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, liść sałaty (cukrzy b/s jajo 1 szt.)	Kalmar gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza peczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, połędwica sopocka 50g, twaróg ziołowy, (cukrzy bez soi - lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwalska 50g, pasztecik wp. 50g, mus owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza peczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., połędwica sopocka 50g, mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g
bezmleczna/ dzieci bm	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwalska 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., dżem jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza peczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., połędwica sopocka 50g, masło orzechowe 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt.

wętrobowo-cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp. 50g, liśc sałaty, jabłko 70g	Wafle ryżowe 2szt.	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, polędwica sopocka 50g, twarożek zielony, dżem 1 szt, liśc sałaty
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajko gotowane 1 szt, schab wp. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pieczak 160g gotowany schab 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie zielonym 70g, dżem 1 szt.
plynna	Mieszanka mleczna 500ml	Sok owocowy 150ml, plynna cuk. sok pomidorowy 150 ml	Barszcz + kurczak zmięszany 500ml	Sok owocowy 150 ml, pl. cukrz. kefir 150 ml	Mieszanka mleczna 500ml
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pieczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica sopocka 50g, twaróg zielony 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie zielonym 70g, dżem 1 szt, miód 1 szt.
ziemniaczno-ryżowa	Herbata 200ml, ziemniaki smażone 250ml	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kotlety ziemniaczane 250g, kompot 200ml	Sok owocowy 250ml	Herbata 200ml, kopytka 250g
niskokaloryczna	kasza jęczmienna na 200 ml kawa zboż b/c 200, chleb razowy 50, mix tl. 5g, konserwa suwalska 30g, pasztet wp. 30g, ogórek 70g,		Barszcz czerwony bez śmietany 200ml, kasza pieczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		kawa zml b/ c200, chleb razowy 50, masło 5 g - polędwica sopocka 30g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie zielonym 70g
bezmleczna-bezmięsa	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, jajko 1 szt., hummus 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.	Sok owocowy 150ml	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml, kotlety ziemniaczane 200g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., pasta warzywna 50g, masło orzechowe 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie zielonym 70g, dżem 1 szt, miód 1 szt.
bezięciwa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jajko 1 szt., hummus 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.	Sok owocowy 150ml	Barszcz czerwony 400ml, kotlety ziemniaczane 200g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., pasta warzywna 50g, masło orzechowe 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie zielonym 70g, dżem 1 szt, miód 1 szt.
niskobiałkowa	Herbata 200ml, bułka pszenna 1 szt., sałatka z pomidora z pestkami słonecznika 250g, dżem 1 szt, mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150ml	Barszcz czerwony 400ml, kotlety ziemniaczane 200g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., pasta warzywna 50g, masło orzechowe 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie zielonym 70g, dżem 1 szt.

Wykaz składników alergennych: w jądłospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, kasza jęczmienna na mleku, masło 82%, kawa zboż. z makiem, mieszanka mleczna, ser żółty, ser biały, barszcz ze śmietaną, budyn, serek

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pęczak, pieczywo, kawa zbożowa wędliny; kielbasa krakowska pasztet wp., konserwa suwalska, blok mielony, mieszanka mleczna, sztuka mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos ogrodowy, suwalska

Seler- barszcz czerwony, wędliny: konserwa suwalska, blok mielony, pasztet wp. kielbasa krakowska, kotlety ziemniaczane, sos ogrodowy, suwalska, zraz mielony wp, gotowany

60 g w sosie własnym

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, kielbasa krakowska, konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, suwalska

OLMEDICA WTOREK 2 12.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
ogólna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix salat 5g		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 70g, twarozek z cebulą 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt.
lekkostrawna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, pieczeni ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, twarozek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.
papkowata	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pieczeni ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g		Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), przysmak suwalski - mielony 50g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, zacierka na mleku 200ml, szynka z pierśi kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jablko 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g
wrzodowa	Jak papkowata	Chrupki kukurydziane 16g	Jak lekkostrawna	Kisiel 250ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwalski mielony 50g, twarozek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.
niskosodowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka z pierśi kurczaka 70g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jablko 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g
cukrzykowa	kawab/cukru 200, chleb razowy 100 mix. tł. 10, pieczeni ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy 30g, ryżowa 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, sur marchewki z chrzanem 120g, sur. z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, przysmak suwalski 50g, twarozek żółtawy 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.
wątrobowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., pieczeni ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski mielony 50g, twarozek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.
bezmleczna/ dzieci bm	Zacierka na mleku roślinnym 50 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, pieczeni ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g/ dzieci szynka z pierśi kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g.	Chrupki kukurydziane 16g	Jak lekkostrawna	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski 50g, szynkowa 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt/ dzieci szynkowa 50g, schab gotowany 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g
wątrobowo-cukrzykowa	Jak cukrzykowa	chrupki 16g	Jak cukrzykowa, buraczki 120 g, marchewka z groszkiem 120g	Kisiel bez cukru 250ml	Jak cukrzykowa, jablko got 70g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twarozek żółtawy 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.

plynna	Mieszanka mleczna 500 ml	Sok owocowy 150 ml pl. Cukrz. Kefir 150g	Krupnik+ mieso indyjsze - zmiksowane 500 ml	napoj owocowy 150ml, pl cukrz. sok pomid. 150ml	Mieszanka mleczna 500 ml
wysokobiałkowa	Zacierka na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zwykły 90g, mix t. 15g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty	serek waniliowy 200g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjszy w sosie własnym 90g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix t. 15g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt
niskokaloryczna	zacierka na 200 ml kawa b/c 200 ml, chleb razowy 50g, masło 5g, pieczeń ryżowa 30 g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 200, ziemniaki 100g, pulpet indyjszy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchew z groszkiem 120g, kompot b/c 200 ml		kawa zbożowa z m b/c 200ml, chleb razowy 50g, masło 5g, przysmak suwalski 30g, twarożek ziołowy 30g, pomidor 50g, kefir 1 szt
przy niedokrwistości	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, mix t. 15g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix t. 15g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt
bezmleczna - bezmięsna	Zacierka na mleku roślinnym 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix t. 10g, pasta warzywna 50g, masło orzechowe 50g, melon 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana bez śmietany 200 ml, ziemniaki 200g, kotlety sojowe panierowane w bulce i jajku 100g, buraczki 120g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z cukrem, chleb razowy 100g, hummus 50g, pasta warzywna 50g, pomidor 50g, deser sojowy 1 szt
niskobiałkowa	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix t. 10g, pasta warzywna 50g, masło orzechowe 50g, melon 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana bez śmietany 200 ml, ziemniaki z ziołami 200g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Herbata z cukrem 200 ml., hummus 50g, pasta warzywna 50g, pomidor 50g, deser sojowy 1 szt

Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Wtorek II

Mleko (łącznie z laktozą) – zacierki na mleku, mix t., masło 82%, kawa z mlekem, jogurt, mieszanka plynna, twarożek z cebulką, twarożek ziołowy, kefi, ser żółty, ser rożek Hochland

Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet wp., kawa z mlekem, wędliny; szynka konserwowa, rolada faszerowana, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, mieszanka mleczna, pulpet z indyka, kotlety sojowe, Seler- wędliny; szynka konserwowa, rolada faszerowana, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, rolada faszerowana, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, Krakowska, Gorczyca- wędliny; rolada faszerowana, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, Jaja—stek, pulpet

OLMEDICA ŚRODA 2 13.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 5g, pasztecik 50g, serdielek 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, ser żółty 30g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, bułka ziemniaczana 250g, surówka z kiszonej kapusty 120g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb wz. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dżem 1 szt., szynka barmnika 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztecik 50g, polećwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), pasztecik 50g, polećwica drobiowa mielona 50g		Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, pasztecik 30g, polećwica drobiowa 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, ser biały półtłusty 30g, szynka barmnika 30g, jablko 1 szt., pomidor 70g
wrzodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo gotowane 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Herbatniki 25g	Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g
niskosodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, pasztecik 50g, polećwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pasztecik 50g, polećwica drobiowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzyce bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur. z kiszonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g
cukrzykowa	Kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztecik 50g, polećwica drobiowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzyce bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., pasztecik 50g, polećwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g
bezmleczna/ dzieci b/m	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, krakowska 50g, polećwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Chrupki kukurydziane 10g	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, surówka z kiszonej kapusty 120g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 120g/ dzieci banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kawa zboż 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., jajo got. 1 szt., szynka barmnika 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g
wątrobowo-cukrzykowa	Jak cukrzykowa (bez masła), liść sałaty	Wafle ryżowe 2szt.	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, banan 1 szt., kompot owocowy bez cukru 200ml	Kawa zboż bez cukru 2% 200ml, chleb razowy 100g, ser biały 70g, szynka barmnika 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix. tł. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafle ryżowe 2szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z kiszonej kapusty 120g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 120g, kompot 200ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g

plynna	Mieszanka mleczna 500ml	Sok owocowy 150 ml, pl. cukrz. kefir 150g	Ryzowa + schab zniksowany 500ml	Sok pomidorowy 150ml; cukrzyce bez soli - sok pomidorowy 150g	Mieszanka mleczna 500ml
przy niedobrościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. mix tt. 15g, pasztec 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, jabłko 1 szt., jajo gotowane 1 szt., hummus 50g, pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. mix tt. 15g, szynka bartenika 50g, jajo gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g
niskokaloryczna	200ml b/c, chleb razowy 50g, mix tt. 5g, pasta z gotowanego kurczaka 30g, jajo gotowane 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 100g, schab w sosie własnym 60 g, sur z kiszanej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml		Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 50 g mix tt. 5g, ser biały półtłusty 30g, szynka bartenika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g
bezmleczna bezmięsa	Płatki owsiane na mleku roślinnym 400ml, herbata 200ml, chleb razowy 60g, bułka pszenna 1 szt., jajo got. 1 szt., hummus 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	herbatniki 25g	Ryzowa 400ml, kasza jęczmienna z fasolką szparagową w sosie własnym 250g, sur z kiszanej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120 g, kompot owocowy 200ml	Napój owocowy 150 ml	Herbata 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., hummus 50g, jajo gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g
niskobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. mix tt. 15g, pasztec 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	herbatniki 25g	Ryzowa ze śmietaną 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszanej kapusty 120g, ur. z marchewki z pestkami słonecznika 120 g, kompot 200ml	Napój owocowy 150 ml	Herbata 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., hummus 50g, jabłko 70g

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Środa II

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tt., kawa z mlekem, budyn, ser biały półtłusty, mieszanka mleczna, pasztec, krakowska, Zboża zawierające gluten – pieczywo, kawa linka z mlekem, herbatniki, kawa zbożowa, mies. mleczna, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty

makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty

Seler- krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenika

Seler- zupa ryżowa, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenika

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenika

Gorczyca- wędliny: pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenika

Jajo – jajo got. 1 szt., babka ziemniaczana,

OLMEDICA CZWARTEK 2 14.03.2024 r.

	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix t. 15g, kiełbasa suwalska 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wątróbka drobiowa duszona z cebulką i karmelizowanymi jabłkami 100g, surówka z czerwonej kapusty 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix t. 15g, twaróg z cebulą i szczypiorkiem 70g, szynka z piersi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty
lekkostrawna	Kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix t. 10g, serdelek 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix t. 10g, twaróg z zieleni 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty
packowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), serdelek mielony 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twaróg ziołowy 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1 szt., masło (82%) 10g, sopočka 30g, szynkowa 30g, ogórek 70g, banan 1 szt.	biskopki 15g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szynka z piersi kurczaka 30g, twaróg z zieleni 30g, liść sałaty, mandarynka 100g
wrzodowa	Jak lekkostrawna, serdelek mielony 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.	Sok wielowarzywny 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix t. 10g, szynka z piersi kurczaka mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, kefir 1 szt., liść sałaty
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix t. 10g, jajko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix t. 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, mandarynka 100g
dzieci starsze	Kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, sopočka 50g, banan 1 szt., ogórek 70g	biskopki 30g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 150g, kalfior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix t. 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, mandarynka 100g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix t. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyce bez soli) – jajko got. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarzywny 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g, jajko 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix t. 10g, twaróg ziołowy 70g, szynka z piersi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., serdelek 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., twaróg ziołowy bez soli 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.
bezmleczna/ dzieci 1 bm	Kasza manna na mleku roślinnym 250ml, kawa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, sopočka 50g, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g (dzieci 1 mus owocowy 1 szt.), kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, scharb gotowany 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, liść sałaty, mandarynka 100g

wątrobowo-cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Sok owocowy 150ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, szynka z piersi kurczaka 50g, twarózek ziolowy 50g, liść salaty, kefir 1 szt.
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix t: 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt, mix t: 10g, twarózek ziolowy 50g, schab gotowany 50g, mandarynka 100g, liść salaty
plynna	Mieszanka mleczna 500ml	Sok owocowy 150 ml, cukrz. Sok pomidorowy 150ml	Rosół z makaronem + filet z kurczaka gotowany zmiksowany 500ml	Sok owocowy 150ml, curz. kefir 150g	Mieszanka mleczna 500ml
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa, z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix t: 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300 ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix t: 15g, twarózek ziolowy 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść salaty
ziemniaczno-ryżowa	Herbata 200ml, frytki 250g	Sok owocowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, knedle z owocami, masłem i cukrem 250g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, placki ziemniaczane 250g
niskokaloryczna	kasza manna na ml 200, kawa zbożowa b/c 200, chleb razowy 50g, masło, serdelek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 200ml, kasza peczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml		Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 50g, twarózek ziolowy 30 g, szynka z piersi kurczaka 30g mix t 5, liść salaty, mandarynka 100g
bezmleczna-bezmięśna	Kasza manna na mleku roślinnym 200ml ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 szt., hummus 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml	Rosół z makaronem 400ml, kasza peczak 160g, kotlety sojowe panierowane w jajku 200g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, frytki 200g, ketchup 20g, winogrono 100g, sałatka z pomidora z pestakami słonecznika 250g
niskobiałkowa	Kasza manna na mleku roślinnym 200ml ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 szt., hummus 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml	Rosół z makaronem 400ml, kasza peczak 160g, kotlety sojowe panierowane w jajku 200g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalfior gotowany 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, frytki 200g, ketchup 20g, winogrono 100g, sałatka z pomidora z pestakami słonecznika 250g

Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Czwartek II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix t, masło 82%. kawa z mlekkiem, serdelek, kiełbasa suwalska miész, plynna, twarózek ziolowy, ciasto drożdżowe, kefir
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekkiem, mieszanka plynna, kiełbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatriki, ciasto drożdżowe, filet z kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z piersi kurczaka
Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, serdelek, kiełbasa suwalska, szynka z piersi kurczaka, szynkowa
Jajka - ciasto drożdżowe, rosół z makaronem, kotlety sojowe panierowane
Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka

OLMEDICA PIĄTEK 2 15.03.2024 R.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1 szt., dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuszy białej 120g, sur. z buraczków 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jabłko 1 szt.
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajko gotowane 60g, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g
papkowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, pasta z jajka z masłem 50g, ser biały 70g, dzem 1 szt., pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g)
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 30g, dzem 1 szt., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretki owocowa 150g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, serrek waniliowy 1szt., ser żółty 30g, jabłko 1 szt
wrzodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, jajko gotowane mielone 1 szt., dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa b/śm 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 30g	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść salaty, jabłko 1 szt.
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1 szt., dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretki owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuszy białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biskopki 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser biały 70g, ser żółty 50g, liść salaty, jabłko 1 szt.
cukrzykowa	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, ogórek 70g, pomidor 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, sur z kapuszy białej 120g, sur. z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	wafle ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, białka z 2 jaj, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa bez śm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g
bezmleczna/ dzieci bm	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, jajko gotowane 1 szt., dzem 1 szt., masłko orzechowe 50g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa bez smie 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 1g	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, hummus 50g, miód 1 szt, liść salaty, deser sojowy 1 szt.

wątrobowo-cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, białka z 2 gotowanych jaj, ser biały 70g, ogórek 70g, pomidor 70g	sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa b/iś 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, twarzązek z ziołami 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, jajko gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twarzązek z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt., liść sałaty, jabłko 1 szt.
plynna	Mieszanka mleczna 500ml	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa + schab zmięszany 500ml	napój owocowy 150ml, pł. cukrz. kefir 150g	Mieszanka mleczna 500ml
przy niedokrwiistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszka 1 szt., pomidor 70g		Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, twarzązek z ziołami 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g
ziemniaczno-ryżowa/ mocznicowa	Kawa zbożowa 200ml, ziemniaki gotowane z masłem 250g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa 300ml, paluszki ziemniaczane 250g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. 200ml, ziemniaki opiekane z koperkiem 250g
niskokaloryczna	Ryż na mleku 2% 200ml, herbata 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 5g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, gruszka 1 szt., pomidor 70g		Pomidorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy b/c 200ml		Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 5g, twarzązek z ziołami 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g
bezmleczna bezmiejna	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, jajko gotowane 1 szt., dżem 1 szt., masło orzechowe 50g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	sok pomidor 150 ml	Pomidorowa bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, hummus 50g, miód 1 szt., liść sałaty, deser sojowy 1 szt.
niskobiałkowa	Herbata 200 ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, hummus 50g, masło orzechowe 50g, dżem 1 szt., gruszka 1 szt., pomidor 70g	sok pomidor 150 ml	Pomidorowa bez śmietany 400ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, hummus 50g, miód 1 szt., liść sałaty, deser sojowy 1 szt.

Wykaz składników alergennych w jadłospisie Piątek II

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tł, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, kotlet rybny, pulpet rybny, kawa inka z mlekiem, mieszanka płynna, biszkopty, szynka śniadaniowa

Seler- zupa pomidorowa, kotlet rybny, szynka śniadaniowa
 Jajka- jajko got., kotlet rybny, pulpet rybny, paluszki ziemniaczane
 Ryby- kotlet rybny, pulpet rybny
 Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, kotlet rybny, szynka śniadaniowa
 Gorczyca- kotlet rybny, szynka śniadaniowa

OLMEDICA SOBOTA 2 16.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, pasztecik wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 120g, sur. z ogórka kiszzonego 120 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapustki pekińskiej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix salat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g
papkowata	Kasza manna na mleku 2%, mix tł. 10g, chleb zw. 90g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix salat		Zupa chłopska 300ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska mielona 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, pasztecik 30g, szynka konserwowa 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1 szt., szynka z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść salaty, pomarańcza 100g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2%, mix tł. 10g, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix salat	Chrupki kukurydziane 16g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska mielona 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapuśniak 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść salaty, pomarańcz 100g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść salaty, pomarańcz 100g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyce bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynowy 150 ml	Kawa zboż. z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix salat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g
bezmleczna/ dzieci bm	Kasza manna na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 70g, mix salat	Chrupki kukurydziane 16g	Jak wątrobowa	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g (dzieci szynka z p. kurczaka 50g), liść salaty, deser sojowy 1 szt., pomarańcz 100g
wątrobowo-cukrzykowa	Jak cukrzykowa (bez masła), jabłko 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Jak wątrobowa, kisiel bez cukru 200ml	Kefir 150ml	Jak cukrzykowa (bez masła), liść salaty
bezglutenowa	Ryz. na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczaka gotowane 90g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, jajko got. 1 szt., liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g

plynna	Mieszanka mleczna 500ml	Sok owocowy 150ml, cukrz- sok pomidorowy	Zupa chlopska + kurczak zniksowany 500ml	Sok owocowy 150ml, cukrz- kefir 150 ml	Mieszanka mleczna 500ml
przy niedokrwiłosciach	Kawa zboz z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1 szt., mix tł 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, paszтет wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., mix salat		Zupa chlopska 300ml, pecczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. mix. tł 15g, konserwa suwalska 50g, liśc salat, kefir 1 szt., pomarańcz 100g
ziemniaczno-ryzowa	Kawa zbozowa 200 ml, ziemniaki smazone 300g, jablko 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez smietany 300ml, knedle z owocami, masłem i cukrem 250g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboz 200ml, placki ziemniaczane 250g
niskokaloryczna	Kasza manna na ml 200 ml kawa zbozowa b/c 200, chleb 50 ,mix tł. 5 g, paszтет wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., mix salat		Zupa chlopska b/sm 200, pecczak 100 g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel b/c 200ml		kawa zboz z mlekiem b/c 200, chleb razowy 50 mix tł 5g, konserwa suwalska 30g, liśc salat, kefir 1 szt., pomarańcz 100g
bezniesna bezmleczna	Kasza manna na mleku roslonnym 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, masło orzechowe 50g, hummus 50g, jablko 70g, mix salat	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez smietany 300ml, knedle z owocami, masłem i cukrem 250g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200 ml, chleb zwykly 60g, bułka pszenna 1 szt., jajo got. 1 szt., dzem 2 szt., liśc salat, deser sojowy 1 szt., pomarańcz 100g
niskobiałkowa	Herbata 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, masło orzechowe 50g, hummus 50g, jablko 70g, mix salat	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez smietany 300ml, knedle z owocami, masłem i cukrem 250g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, chleb zwykly 60g, bułka pszenna 1 szt, salatka z salaty i pomidora z sosem ogrodnym 250g, dzem 1 szt, pomarańcz 100g

Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie Sobota II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mieszanka plynna, mix tł., masło 82%, kawa zbozowa z mlekiem, ser biały półtłusty, ser żółty, kefir 1 szt
 Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanka plynna, pieczywo, zupa chlopska,, kawa zbozowa z mlekiem, knedle z owocami, mieszanka plynna, polędwica soppocka, serdelek, paszтет wp., marchewka oprószona, polędwica soppocka, serdelek, konserwa suwalska, paszтет wp, szynka konserwowa w sosie pomidorowym

- Seler- zupa chlopska, kapuśniak, polędwica soppocka, serdelek, konserwa suwalska, paszтет wp., szynka konserwowa
- Soja i produkty pochodne – wafle ryzowe, serdelek, konserwa suwalska, pastet wp., polędwica soppocka, szynka konserwowa
- Gorczyca- polędwica soppocka, serdelek, konserwa suwalska, paszтет wp., szynka konserwowa
- Jaja- knedle z owocami, jajo gotowane, placki ziemniaczane

OLMEDICA NIEDZIELA 2 17.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony kotlet schabowy 90g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, winogrono 100g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały półtusty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g
papkowata	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały półtusty 50g, dżem 1 szt., polędwica sopocka 50g, mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g) blok mielony 50g szynkowa mielona 50g, liść sałaty, pomidor 70g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, polędwica sopocka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel z cukrem 200ml	biskopki 25g, serek wnilowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82%, 10g, chleb zw. 60g, szynka z piersi kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, pol. sopocka mielona 50g, ser biały półtusty 50g, dżem 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Kisiel 250ml	Jak lekkostrawna	biskopki 25g	Jak lekkostrawna, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g
miskosodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały półtusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml	biskopki 30g, serek wnilowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 120, mix tl. 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g
cukrzykowa	kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały półtusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 20g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszonej kapusty 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzyk bez soli - schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt.), liść sałaty, pomidor 70g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, ser biały półtusty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g
bezmleczna/ dzieci bim	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, polędwica sopocka 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 150ml	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Jak wątrobowa, kawa zboż. 200ml, (szynka z piersi kurczaka 50g, szynkowa 50g), liść sałaty, pomidor 70g
wątrobowo-cukrzykowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, polędwica sopocka 50g, ser biały półtusty 50g, jabłko got. 1 szt.	Kisiel 250ml	Jak cukrzykowa	Wafle ryżowe 2szt.	Jak cukrzykowa (bez masła)

bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g
plynna	Mieszanka mleczna 500ml	Sok owocowy 200ml	Krupnik + schab wp.gotowany - zniksowane 500ml	Sok pomidorowy 150 ml	Mieszanka mleczna 500ml
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g, mix tł.15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g
ziemiaczano-ryżowa	Herbata 200ml, ziemniaki smażone 250g	napój owocowy 150 ml	Krupnik 300ml, kotlety ziemniaczane 250g, buraczki 120g, kisiel 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż.200ml, kopytka z masłem 250g
niskokaloryczna	Makaron na mleku na mleku 2% 200ml, kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 50g, ser biały półtłusty 30g, polędwica sopocka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml		kawa zbożowa z ml b/c200, chleb razowy 50g, mix tł 5g, blok mielony 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g
bezmiejsna bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, masło orzechowe 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., dżem 1 szt., ogórek 70g	Napój owocowy 150 ml	Krupnik 300ml, kotlety ziemniaczane 250g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Herbata 200 ml, chleb zwykły 90g, sałatka z sałaty z pomidorem i słonecznikiem 250g, jajko 1 szt., deser sojowy 1 szt.
niskobiałkowa	Herbata 200 ml, wafle ryżowe 3 szt., masło orzechowe 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., dżem 1 szt., ogórek 70g	Napój owocowy 150 ml	Krupnik 300ml, kotlety ziemniaczane 250g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Herbata 200 ml, chleb zwykły 90g, sałatka z sałaty z pomidorem i słonecznikiem 250g, dżem 30g, deser sojowy 1 szt.

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Niedziela II

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, mieszanka plynna, Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa inka z mlekiem, kotlety ziemn, herbatniki, mieszanka plynna, kawa zbożowa,

wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, sopocka, szynkowa, smażony schabowy wp. schab duszony w sosie

Seler- krupnik, grochowa, wędliny: blok mielony, krakowska, sopocka

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, wędliny: krakowska, blok mielony

Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mięsny

Jajko-jajo, kotlety ziemniaczane