

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
SOBOTA 09.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Pasta z soczewicy i suszonych pomidorów 80g **(9)**  Serek typu grani 40g **(7)**  rzodkiewka 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Pasta z soczewicy i suszonych pomidorów 80g **(9)**  Serek typu grani 40g **(7)**  rzodkiewka 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Szynka gotowana 80g  Serek typu grani 40g **(7)**  Sałata lodowa 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Szynka gotowana 80g  Serek typu grani 40g **(7)**  Sałata lodowa 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  Szynka gotowana 80g  Serek typu grani 40g **(7)**  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Kasza manna na mleku + masło 15g + miód 500ml **(1,7),** ser biały 100g **(7)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | Jogurt naturalny 100ml **(7)** | - | Biszkopty 30g **(1,3,7)** | Biszkopty 30g **(1,3,7)** | Jogurt naturalny 100g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami i koperkiem. 350ml **(1,9)**  Gulasz myśliwski z szynki wieprzowej 180g **(1,7)**  Kasza gryczana 200g  Surówka z pomidora i cebulki 100g  Śliwki 100g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami i koperkiem. 350ml **(1,9)**  Gulasz myśliwski z szynki wieprzowej 180g **(1,7)**  Kasza gryczana 200g  Surówka z pomidora i cebulki 75g  Kalafior na parze 75g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml **(1,9)**  Gulasz z szynki wieprzowej 180g **(1,7)**  Kasza jęczmienna 200g, **(1)**  Surówka z pomidora b/s z jogurtem 100g, **(7)**  Banan 1 szt.  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml **(1,9)**  Gulasz z szynki wieprzowej 180g **(1,7)**  Kasza jęczmienna 200g, **(1)**  Surówka z pomidora b/s z jogurtem 150g, **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml **(1,9)**  Gulasz z szynki wieprzowej 180g **(1,7)**  Kasza jęczmienna 200g, **(1)**  Surówka z pomidora b/s z jogurtem 150g, **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół jarski + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | kiwi 100g | - | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  rolada drobiowa 80g  ser mozzarella, w plasterkach 40g **(7)**  jabłko pieczone 1 szt.  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  rolada drobiowa 80g  ser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**  jabłko pieczone 1 szt.  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  rolada drobiowa 80g  ser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**  jabłko pieczone 1 szt.  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  rolada drobiowa 80g  ser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**  jabłko pieczone 1 szt.  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  rolada drobiowa 80g  ser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**  jabłko pieczone 1 szt.  Herbata 250 ml | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów.  ***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***

****

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
NIEDZIELA 10.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  musztarda 10g **(10)**  papryka 60g  masło 15g **(7)**  chleb pszenno-żytni 90g **(1)**  Herbata/ kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | parówki drobiowe na ciepło 120g  musztarda 10g **(10)**  papryka 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  Marchewka mini 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  Marchewka mini 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  Pasta drobiowa 120g **(9)**  Marchewka mini 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Kasza manna na mleku **(7)** + masło 15g + miód 500ml **(7)** serek wiejski 100g **(7)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **II**  **ŚNIADANIE** | **-** | Kefir naturalny 200g **(7)** | - | Wafle ryżowe 30g | Wafle ryżowe 30g | Jogurt naturalny 150g (7) | - |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Udko pieczone 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Mizeria z jogurtem greckim 100g **(7)**  gruszka 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Rosół z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Udko pieczone 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Mizeria z jogurtem greckim 75g **(7)**  Brokuł na parze. 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Rosół z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Udko gotowane 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Brokuł na parze 100g  galaretka owocowa 200g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Rosół z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Udko gotowane 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Brokuł na parze 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Rosół z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Udko gotowane 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Brokuł na parze 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ryżowa 350ml **(9)**  + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | gruszka 1 szt. | - | Galaretka owocowa 200g | Galaretka owocowa 200g | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  ogórek zielony 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  ogórek zielony 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  sałata 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  sałata 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  Herbata 250 ml | Zupa ryżowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów.  ***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***



**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
PONIEDZIAŁEK 11.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Kiełbasa żywiecka 70g  serek wiejski 40g **(7)**  rzodkiewka 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | serek wiejski 40g **(7)**  Kiełbasa żywiecka 70g  rzodkiewka 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Szynka konserwowa 70g  serek wiejski 40g **(7)**  roszponka 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Szynka konserwowa 70g  serek wiejski 40g **(7)**  roszponka 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 350ml **(1)**  Szynka konserwowa 70g  serek wiejski 40g **(7)**  roszpinka 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Kaszka kukurydziana na mleku + masło 15g + miód 500ml **(7),** serek wiejski 100g **(7)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **II**  **ŚNIADANIE** | **-** | Jogurt naturalny 100g **(7)** | - | Galaretka owocowa 200g | Galaretka owocowa 200g | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa grochowa z ziemniakami i natką pietruszki 350 ml **(1,9)**  Sos boloński z mięsem mielonym 180 g **(1,7,9)**  Makaron świderki 200 g  Surówka z selera i marchewki z jogurtem greckim 100g **(7)**  pomarańcz 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa grochowa z ziemniakami i natką pietruszki 350 ml **(1,9)**  Sos boloński z mięsem mielonym 180 g **(1,7,9)**  Makaron świderki 200 g  Surówka z selera i marchewki z jogurtem greckim 75g **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml **(1,9)**  Sos boloński z mięsem mielonym 180 g **(1,7,9)**  Makaron świderki 200 g  Jabłko pieczone 1 szt.  Budyń śmietankowy 200g **(7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml **(1,9)**  Sos boloński z mięsem mielonym 180 g **(1,7,9)**  Makaron świderki 200 g  Jabłko pieczone 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml **(1,9)**  Sos boloński z mięsem mielonym 180 g **(1,7,9)**  Makaron świderki 200 g  Jabłko pieczone 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Rosół jarski + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | pomarańcz 100g | - | Budyń śmietankowy 200g **(7)** | Budyń śmietankowy 200g **(7)** | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka grecka z serem feta, rukolą, czerwoną cebulką i oliwkami 100g **(7)**  szynka drobiowa 30g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka grecka z serem feta, rukolą, czerwoną cebulką i oliwkami 100g **(7)**  szynka drobiowa 30g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser mozzarella, light 80g **(7)**  szynka drobiowa 40g  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser mozzarella, light 80g **(7)**  szynka drobiowa 40g  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser mozzarella, light 80g **(7)**  szynka drobiowa 40g  Herbata 250 ml | Zupa jarzynowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów.  ***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***

****

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
WTOREK 12.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  pasta jajeczna 60g **(3)**  polędwica miodowa 40g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | pasta jajeczna 60g **(3)**  polędwica miodowa 40g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  pasta z białek jaj i sera białego 60g **(3,7)**  polędwica miodowa 40g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  pasta z białek jaj i sera białego 60g **(3,7)**  polędwica miodowa 40g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  pasta z białek jaj i sera białego 60g **(3,7)**  polędwica miodowa 40g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Kasza kukurydziana na mleku + masło 15g + miód 500ml **(7),** ser biały 100g **(7)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | Serek naturalny 200 ml**(7)** | - | Serek owocowy 200 ml**(7)** | Serek owocowy 200 ml**(7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Bitki wieprzowe w sosie pieczarkowym 100g/ 50ml **(1,9)**.  Ziemniaki 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło 100g  Grejfrut 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Bitki wieprzowe w sosie pieczarkowym 100g/ 50ml **(1,9)**.  Ziemniaki 200g **(1,3)**  Surówka z kalarepy, marchewki i jabłka 75g  Buraczki na ciepło 75g  Kompot wieloowocowy b/c 250 ml | Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Bitki wieprzowe w sosie koperkowym 100g/ 50ml **(1,9)**.  Ziemniaki 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło 100g  Mus owocowy 150g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Bitki wieprzowe w sosie koperkowym 100g/ 50ml **(1,9)**.  Ziemniaki 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło 150g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Bitki wieprzowe w sosie koperkowym 100g/ 50ml **(1,9)**.  Ziemniaki 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło 150g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Rosół  + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | Grejfrut 1 szt. | - | Mus owocowy 150g | Mus owocowy 150g | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasztet pieczony 80g **(3,9)**  serek wiejski 40g **(7)**  marchew mini 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka z indyka 60g  serek wiejski 40g **(7)**  marchew mini 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka z indyka 60g  serek wiejski 40g **(7)**  marchew mini 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka z indyka 60g  serek wiejski 40g **(7)**  marchew mini 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka z indyka 60g  serek wiejski 40g **(7)**  marchew mini 60g  Herbata 250 ml | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów.  ***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***

****

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
ŚRODA 13.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  kurczak w galarecie 80g  serek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**  papryka 60g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | kurczak w galarecie 80g  serek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**  papryka 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  kurczak w galarecie 80g  serek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**  sałata 5g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  kurczak w galarecie 80g  serek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**  sałata 5 g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  kurczak w galarecie 80g  serek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Kasza kukurydziana na mleku + masło 15g + miód 500ml **(7),** ser biały 100g **(7)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | Sok pomidorowy250 ml | - | Rogal maślany 30g **(1)** z masłem 5g **(7)** i twarogiem z konfiturą 20g **(7)** | Rogal maślany 30g **(1)** z masłem 5g **(7)** i twarogiem z konfiturą 20g **(7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Barszcz czerwony ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Kluski leniwe z serem 350 g. **(1,3,7)**  jogurt naturalny 180g **(7)**  Surówka z marchewki i jabłka 100g.  kiwi 100g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz czerwony ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Kluski leniwe z serem 350 g. **(1,3,7)**  jogurt naturalny 180g **(7)**  Surówka z marchewki i jabłka 100g.  Jabłko pieczone 1 szt.  .  Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz czerwony ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Kluski leniwe z serem 350 g. **(1,3,7)**  jogurt naturalny 180g **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Banan 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz czerwony ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Kluski leniwe z serem 350 g. **(1,3,7)**  jogurt naturalny 180g **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml **(1,9)**  Kluski leniwe z serem 350 g. **(1,3,7)**  jogurt naturalny 180g **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Rosół jarski + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | Kiwi 100g | - | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pieczona pierś z indyka, w plasterki 80g  ser żółty Salami 40g **(7)**  rzodkiewka czerwona 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pieczona pierś z indyka, w plasterki 80g  ser żółty Salami 40g **(7)**  rzodkiewka czerwona 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pieczona pierś z indyka, w plasterki 80g  dżem 25g  brokuł na parze 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pieczona pierś z indyka, w plasterki 80g  dżem 25g  brokuł na parze 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pieczona pierś z indyka, w plasterki 80g  dżem 25g  brokuł na parze 60g  Herbata 250 ml | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów.  ***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***

****

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
CZWARTEK 14.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(7)**  twarożek z koperkiem 60g **(7)**  kiełbasa krakowska 40g  ogórek konserwowy 60g  masło 15g **(7)**  chleb pszenno-żytni 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | twarożek z koperkiem 60g **(7)**  kiełbasa krakowska 40g  ogórek konserwowy 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(7)**  twarożek z koperkiem 60g **(7)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 40g  marchewka mini na parze 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(7)**  twarożek z koperkiem 60g **(7)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 40g  marchewka mini na parze 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  twarożek z koperkiem 60g **(7)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 40g  marchewka mini na parze 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Kaszka kukurydziana na mleku + masło 15g + miód 500ml **(7),** serek wiejski 100g **(7)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | Maślanka 150ml **(7)** | - | Maślanka 150ml **(7)** | Maślanka 150ml **(7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa pieczarkowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kotlet mielony z indyka, panierowany 110g **(1,3)**  Sos ziołowy 50g **(1,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z buraczków i jabłka z oliwą z oliwek 100g  Śliwki 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pieczarkowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kotlet mielony z indyka, panierowany 110g **(1,3)**  Sos ziołowy 50g **(1,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z buraczków i jabłka z oliwą z oliwek 75g  Sałatka szwedzka 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa grysikowa z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kotlet mielony z indyka, bez panierki 110g **(1,3)**  Sos ziołowy 50g **(1,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z buraczków i jabłka z oliwą z oliwek 100g  Sok wieloowocowy w kartoniku 250 ml  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa grysikowa z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kotlet mielony z indyka, bez panierki 110g **(1,3)**  Sos ziołowy 50g **(1,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z buraczków i jabłka z oliwą z oliwek 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa grysikowa z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kotlet mielony z indyka, bez panierki 110g **(1,3)**  Sos ziołowy 50g **(1,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z buraczków i jabłka z oliwą z oliwek 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ryżowa 350ml **(9)**  + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | Śliwki 100g | - | Sok wieloowocowy w kartoniku 250 ml | Sok wieloowocowy w kartoniku 250 ml | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka a’la gyros z kapusty pekińskiej, kukurydzy i świeżych warzyw z majonezem 100g **(3)**  ogonówka 30g  sałata 5g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka a’la gyros z kapusty pekińskiej, kukurydzy i świeżych warzyw z majonezem 100g **(3)**  ogonówka 30g  sałata 5g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, ryżu z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  polędwica luksusowa 30g  sałata 5g  pomidor b/s 40g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, ryżu z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  polędwica luksusowa 30g  sałata 5g  pomidor b/s 40g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, ryżu z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  polędwica luksusowa 30g  Herbata 250 ml | Zupa jarzynowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów.  ***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***

****

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
PIĄTEK 15.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  pasta mięsna 80g **(9)**  miód 25g  roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | pasta mięsna 80g **(9)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  roszponka 30g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  pasta mięsna 80g **(9)**  miód 25g  roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  pasta mięsna 80g **(9)**  miód 25g  roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 350ml **(1)**  pasta mięsna 80g **(9)**  miód 25g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Kaszka kukurydziana na mleku + masło 15g + miód 500ml **(7),** serek wiejski 100g **(7)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **II**  **ŚNIADANIE** | **-** | Sok pomidorowy 200ml | - | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Krupnik na wywarze warzywnym z kaszą jęczmienną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Mintaj panierowany 110g **(1,3,4)**  Ziemniaki z wody 200g  Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 100g  Jabłko 1 szt.  Kompot wieloowocowy  250 ml | Krupnik na wywarze warzywnym z kaszą jęczmienną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Mintaj panierowany 110g **(1,3,4)**  Ziemniaki z wody 200g  Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 100g  Sałata z jogurtem naturalnym 75g **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml | Krupnik na wywarze warzywnym z kaszą jęczmienną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Mintaj pieczony 110g **(1,3,4)**  Ziemniaki z wody 200g  Sałata z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Kompot wieloowocowy  250 ml | Krupnik na wywarze warzywnym z kaszą jęczmienną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Mintaj pieczony 110g **(1,3,4)**  Ziemniaki z wody 200g  Sałata z jogurtem naturalnym 150g **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml | Krupnik na wywarze warzywnym z kaszą jęczmienną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Mintaj pieczony 110g **(1,3,4)**  Ziemniaki z wody 200g  Sałata z jogurtem naturalnym 150g **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół jarski + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | Jabłko 1 szt. | - | Jabłko pieczone 1 szt. | Jabłko pieczone 1 szt. | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser camembert 40g **(7)**  polędwica sopocka 80g  pomidor 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser camembert 40g **(7)**  polędwica sopocka 80g  pomidor 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski 40g **(7)**  polędwica sopocka 80g  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski 40g **(7)**  polędwica sopocka 80g  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski 40g **(7)**  polędwica sopocka 80g  Herbata 250 ml | Zupa koperkowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów.  ***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***

****

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
SOBOTA 16.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**  serek śmietankowy, do smarowania 60g **(7)**  ogonówka 40g  Papryka 60g  masło 15g **(7)**  chleb pszenno-żytni 60g **(1)**  rogal maślany 30g **(1)**  Herbata/ kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | serek śmietankowy, do smarowania 60g **(7)**  ogonówka 40g  Papryka 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**  serek śmietankowy, do smarowania 60g **(7)**  ogonówka 40g  brokuł na parze 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 60g **(1)**  rogal pszenny 30g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**  serek śmietankowy, do smarowania 60g **(7)**  ogonówka 40g  brokuł na parze 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 60g **(1)**  rogal pszenny 30g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  serek śmietankowy, do smarowania 60g **(7)**  ogonówka 40g  brokuł na parze 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 60g **(1)**  rogal pszenny 30g **(1)**  Herbata 250ml | Kasza manna na mleku **(7)** + masło 15g + miód 500ml **(7)** serek wiejski 100g **(7)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **II**  **ŚNIADANIE** | **-** | Kefir 150ml **(7)** | - | Kefir 150ml **(7)** | Kefir 150ml **(7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Potrawka z kurczaka 180g **(1,7,9)**  Ryż biały 200g  Szpinak na ciepło 100g gruszka 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Potrawka z kurczaka 180g **(1,7,9)**  Ryż biały 200g  Mix sałat z sosem vinegrette 75g  Szpinak na ciepło 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350ml **(1,9)**  Potrawka z kurczaka 180g **(1,7,9)**  Ryż biały 200g  Szpinak na ciepło 100g  Banan 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350ml **(1,9)**  Potrawka z kurczaka 180g **(1,7,9)**  Ryż biały 200g  Szpinak na ciepło 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350ml **(1,9)**  Potrawka z kurczaka 180g **(1,7,9)**  Ryż biały 200g  Szpinak na ciepło 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Rosół jarski + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | gruszka 1 szt. | - | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  marchewka mini 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  marchewka mini 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  marchewka mini 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  marchewka mini 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka krucha 80g  serek śmietankowy, do smarowania 40g **(7)**  Herbata 250 ml | Zupa jarzynowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. ***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***



**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
NIEDZIELA 17.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  jajko gotowane 60g **(3)**  kiełbasa szynkowa 40g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | jajko gotowane 60g **(3)**  kiełbasa szynkowa 40g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  pasta z białek jaj i szynki 80g **(3)**  dżem 25g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  pasta z białek jaj i szynki 80g **(3)**  dżem 25g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  pasta z białek jaj i szynki 80g **(3)**  dżem 25g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Kaszka kukurydziana na mleku + masło 15g + miód 500ml **(7),** serek wiejski 100g **(7)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | Jogurt naturalny 100ml **(7)** | - | Biszkopty 30g **(1,3,7)** | Biszkopty 30g **(1,3,7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Ryżanka na rosole i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Karkówka w sosie własnym 100 g /50 ml **(1,9)**  Ziemniaki z wody 200g  Surówka z czerwonej kapusty 100g  Kiwi 100g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Ryżanka na rosole i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Karkówka w sosie własnym 100g/50ml **(1,9)**  Ziemniaki z wody 200g  Surówka z czerwonej kapusty 75g  Marchew mini na parze 75g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Ryżanka na rosole i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Szynka w sosie w sosie własnym 100g/50ml **(1)**  Ziemniaki z wody 200g  Marchew mini na parze 100g  galaretka owocowa 200g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Ryżanka na rosole i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Szynka w sosie w sosie własnym 100g/50ml **(1)**  Ziemniaki z wody 200g  Marchew mini na parze 150g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Ryżanka na rosole i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Szynka w sosie w sosie własnym 100g/50ml **(1)**  Ziemniaki z wody 200g  Marchew mini na parze 150g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa ryżowa 350ml **(9)**  + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | Kiwi 100g | - | galaretka owocowa 200g | galaretka owocowa 200g | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek typu grani 40g **(7)**  rzodkiewka czerwona 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek typu grani 40g **(7)**  rzodkiewka czerwona 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek typu grani 40g **(7)**  rukola 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek typu grani 40g **(7)**  rukola 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek typu grani 40g **(7)**  Herbata 250 ml | Zupa ryżowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów. ***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
PONIEDZIAŁEK 18.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  twaróg z suszonymi pomidorami 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  papryka 60g  masło 15g **(7)**  chleb pszenno-żytni 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | twaróg z suszonymi pomidorami 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  papryka 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  twaróg z koperkiem 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  twaróg z koperkiem 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  twaróg z koperkiem 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Kaszka kukurydziana na mleku + masło 15g + miód 500ml **(7),** serek wiejski 100g **(7)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | pomarańcz 100g | - | banan 1 szt. | banan 1 szt. | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Wątróbka w sosie własnym 180g **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z ogórka kiszonego 100g  pomarańcz 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Wątróbka w sosie własnym 180g **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z ogórka kiszonego 75g  Kalafior na parze 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z indyka w sosie koperkowym 180g **(1,7,9)**  Ziemniaki z wody 200g  Kalafior na parze 100g  banan 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z indyka w sosie koperkowym 180g **(1,7,9)**  Ziemniaki z wody 200g Kalafior na parze 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z indyka w sosie koperkowym 180g **(1,7,9)**  Ziemniaki z wody 200g  Kalafior na parze 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa 350ml + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1)** suchary 50g **(1)**  herbata 250ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | Serek naturalny 200g **(7)** | - | Serek waniliowy 200g **(7)** | Serek waniliowy 200g **(7)** | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta drobiowa 80g **(9)**  ser żółty tylżycki 40g **(7)**  rzodkiewka czerwona 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta drobiowa 80g **(9)**  ser żółty tylżycki 40g **(7)**  rzodkiewka czerwona 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta drobiowa 80g **(9)**  serek śmietankowy, do smarowania 40g **(7)**  sałata lodowa 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta drobiowa 80g **(9)**  serek śmietankowy, do smarowania 40g **(7)**  sałata lodowa 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta drobiowa 80g **(9)**  serek śmietankowy, do smarowania 40g **(7)**  Herbata 250 ml | Zupa ryżowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | KLEIK NA BAZIE KASZY MANNY 500ml **(1,7)** suchary 50g **(1)**  Herbata 250ml |

W kuchni używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wyżej wymienionych alergenów.

***Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011***