

**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 60gmasło 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 60gmasło 15g **(7)**bułka paryska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)** Szynka gotowana 80gSerek typu grani 40g **(7)**Sałata lodowa 60gmasło 15g **(7)**bułka paryska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)** Szynka gotowana 80gSerek typu grani 40g **(7)**Sałata lodowa 60gmasło 15g **(7)**bułka paryska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**Szynka gotowana 80gSerek 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 200gSurówka z pomidora i cebulki 100gŚliwki 100gKompot wieloowocowy 250 ml | Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami i koperkiem. 350ml **(1,9)**Gulasz myśliwski z szynki wieprzowej 180g **(1,7)**Kasza gryczana 200gSurówka z pomidora i cebulki 75gKalafior 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 80gser mozzarella, w plasterkach 40g **(7)**jabłko pieczone 1 szt.Herbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**rolada drobiowa 80gser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)** jabłko pieczone 1 szt.Herbata b/c 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**rolada drobiowa 80gser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**jabłko pieczone 1 szt.Herbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**rolada drobiowa 80gser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**jabłko pieczone 1 szt.Herbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**rolada drobiowa 80gser 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 120gmusztarda 10g **(10)**papryka 60gmasło 15g **(7)**chleb pszenno-żytni 90g **(1)**Herbata/ kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | parówki drobiowe na ciepło 120gmusztarda 10g **(10)**papryka 60gmasło 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 120gkeczup 10gMarchewka mini 60gmasło 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 120gkeczup 10gMarchewka mini 60gmasło 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 60gmasło 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 200gMizeria 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 200gMizeria 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 200gBrokuł na parze 100g galaretka owocowa 200gWoda niegazowana w butelce 500ml | Rosół z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Udko gotowane 1 szt.Ziemniaki z koperkiem 200gBrokuł na parze 150g Woda niegazowana w butelce 500ml | Rosół z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Udko gotowane 1 szt.Ziemniaki z koperkiem 200gBrokuł 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 60gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z tuńczyka 80g **(4)**serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**ogórek zielony 60gHerbata b/c 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z tuńczyka 80g **(4)**serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**sałata 30gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z tuńczyka 80g **(4)**serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**sałata 30gHerbata 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 70gserek wiejski 40g **(7)**rzodkiewka 60gmasło 15g **(7)**bułka paryska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | serek wiejski 40g **(7)**Kiełbasa żywiecka 70g rzodkiewka 60gmasło 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 60gmasło 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 60gmasło 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 60gmasło 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 gSurówka z selera i marchewki z jogurtem greckim 100g **(7)**pomarańcz 100gWoda 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 gSurówka 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 gJabłko 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 gJabłko 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 gJabłko 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 30gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka grecka z serem feta, rukolą, czerwoną cebulką i oliwkami 100g **(7)**szynka drobiowa 30gHerbata b/c 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**ser mozzarella, light 80g **(7)**szynka drobiowa 40gpomidor b/s 60gHerbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**ser mozzarella, light 80g **(7)**szynka drobiowa 40gpomidor b/s 60gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**ser mozzarella, light 80g **(7)**szynka drobiowa 40gHerbata 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 40gpomidor b/s 60gmasło 15g **(7)**bułka wrocławska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | pasta jajeczna 60g **(3)**polędwica miodowa 40gpomidor b/s 60gmasło 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 40gpomidor b/s 60gmasło 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 40gpomidor b/s 60gmasło 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 40gmasło 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 100gGrejfrut 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 75gBuraczki na ciepło 75gKompot 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 150gKompot 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 150gKompot wieloowocowy250 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 150gKompot 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 60gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**szynka z indyka 60gserek wiejski 40g **(7)**marchew mini 60gHerbata b/c 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**szynka z indyka 60gserek wiejski 40g **(7)**marchew mini 60gHerbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**szynka z indyka 60gserek wiejski 40g **(7)**marchew mini 60gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**szynka z indyka 60gserek wiejski 40g **(7)**marchew mini 60gHerbata 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 80gserek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**papryka 60gmasło 15g **(7)**bułka wrocławska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | kurczak w galarecie 80gserek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**papryka 60gmasło 15g **(7)**chleb graham 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**kurczak w galarecie 80gserek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**sałata 5gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**kurczak w galarecie 80gserek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**sałata 5 gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**kurczak w galarecie 80gserek 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 100gKompot 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 80gser żółty Salami 40g **(7)**rzodkiewka czerwona 60gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**pieczona pierś z indyka, w plasterki 80gser żółty Salami 40g **(7)**rzodkiewka czerwona 60gHerbata b/c 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pieczona pierś z indyka, w plasterki 80gdżem 25gbrokuł na parze 60gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pieczona pierś z indyka, w plasterki 80gdżem 25gbrokuł na parze 60gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pieczona pierś z indyka, w plasterki 80gdżem 25gbrokuł na parze 60gHerbata 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 40gogórek konserwowy 60gmasło 15g **(7)**chleb pszenno-żytni 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | twarożek z koperkiem 60g **(7)**kiełbasa krakowska 40gogórek konserwowy 60gmasło 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 40gmarchewka mini na parze 60gmasło 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 40gmarchewka mini na parze 60gmasło 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 40gmarchewka mini na parze 60gmasło 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 200gSurówka z buraczków i jabłka z oliwą z oliwek 100gŚliwki 100gWoda 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 200gSurówka z buraczków i jabłka z oliwą z oliwek 75g Sałatka szwedzka 75gWoda 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 200gSurówka z buraczków i jabłka z oliwą z oliwek 100g Sok wieloowocowy w kartoniku 250 mlWoda 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 200gSurówka z buraczków i jabłka z oliwą z oliwek 150gWoda 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 200gSurówka z buraczków i jabłka z oliwą z oliwek 150gWoda 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 30gsałata 5gHerbata 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 30gsałata 5gHerbata b/c 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka z gotowanego kurczaka, ryżu z jogurtem naturalnym 100g **(7)**polędwica luksusowa 30gsałata 5gpomidor b/s 40gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka z gotowanego kurczaka, ryżu z jogurtem naturalnym 100g **(7)**polędwica luksusowa 30gsałata 5gpomidor b/s 40gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka z gotowanego kurczaka, ryżu z jogurtem naturalnym 100g **(7)**polędwica luksusowa 30gHerbata 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 25groszponka 30gmasło 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 30gmasło 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 25groszponka 30gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**pasta mięsna 80g **(9)**miód 25groszponka 30gmasło 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 25gmasło 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 200gSurówka z kiszonej kapusty i marchewki 100gJabłko 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 200gSurówka z kiszonej kapusty i marchewki 100gSałata 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 200gSałata 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 200gSałata 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 200gSałata 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 80gpomidor 60gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**ser camembert 40g **(7)**polędwica sopocka 80gpomidor 60gHerbata b/c 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**serek wiejski 40g **(7)**polędwica sopocka 80gpomidor b/s 60g Herbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**serek wiejski 40g **(7)**polędwica sopocka 80gpomidor b/s 60g Herbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**serek wiejski 40g **(7)**polędwica sopocka 80gHerbata 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 40gPapryka 60gmasło 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 40gPapryka 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 40gbrokuł na parze 60gmasło 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 40gbrokuł na parze 60gmasło 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 40gbrokuł na parze 60gmasło 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 75gSzpinak na ciepło 75gWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350ml **(1,9)**Potrawka z kurczaka 180g **(1,7,9)**Ryż biały 200g Szpinak na ciepło 100gBanan 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 150gWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350ml **(1,9)**Potrawka z kurczaka 180g **(1,7,9)**Ryż biały 200g Szpinak na ciepło 150gWoda 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 120gkeczup 10gmarchewka mini 60gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**parówki drobiowe na ciepło 120gkeczup 10gmarchewka mini 60gHerbata b/c 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**parówki drobiowe na ciepło 120gkeczup 10gmarchewka mini 60gHerbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**parówki drobiowe na ciepło 120gkeczup 10gmarchewka mini 60gHerbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**szynka krucha 80gserek 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 40gjabłko pieczone 1 szt.masło 15g **(7)**bułka wrocławska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | jajko gotowane 60g **(3)**kiełbasa szynkowa 40gjabłko 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 25gjabłko 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 25gjabłko 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 25gmasło 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 200gSurówka z czerwonej kapusty 100g Kiwi 100gKompot wieloowocowy 250 ml | Ryżanka na rosole i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Karkówka w sosie własnym 100g/50ml **(1,9)**Ziemniaki z wody 200gSurówka z czerwonej kapusty 75g Marchew mini na parze 75gKompot 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 200gKompot 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 150gKompot 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 150gKompot 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 60gHerbata 250 ml  |  Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z tuńczyka 80g **(4)**serek typu grani 40g **(7)**rzodkiewka czerwona 60gHerbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z tuńczyka 80g **(4)**serek typu grani 40g **(7)**rukola 30gHerbata 250ml   |  Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z tuńczyka 80g **(4)**serek typu grani 40g **(7)**rukola 30gHerbata 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 40gpapryka 60gmasło 15g **(7)**chleb pszenno-żytni 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | twaróg z suszonymi pomidorami 80g **(7)**szynka pieczona 40gpapryka 60gmasło 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 40gpomidor b/s 60gmasło 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 40gpomidor b/s 60gmasło 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 40gmasło 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 100gWoda 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 75gWoda 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 100gbanan 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 200gKalafior 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 60gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta drobiowa 80g **(9)**ser żółty tylżycki 40g **(7)**rzodkiewka czerwona 60gHerbata b/c 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta drobiowa 80g **(9)**serek śmietankowy, do smarowania 40g **(7)**sałata lodowa 30gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta drobiowa 80g **(9)**serek śmietankowy, do smarowania 40g **(7)**sałata lodowa 30gHerbata 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***