****

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
ŚRODA 29.11.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Polędwica miodowa 60g  Ser camembert 40g **(7)**  Jabłko 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Polędwica miodowa 60g  Ser camembert 40g **(7)**  Jabłko 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Polędwica miodowa 60g  Serek wiejski 40g **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Polędwica miodowa 60g  Serek wiejski 40g **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  Polędwica miodowa 60g  Serek wiejski 40g **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  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** | Zupa żurek z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Fileciki z kurczaka w sosie pieczarkowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Kasza jęczmienna, drobna 200g **(1)**  Surówka z buraczków i jabłka 100g  mandarynka 100g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa żurek z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Fileciki z kurczaka w sosie pieczarkowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Kasza jęczmienna, drobna 200g **(1)**  Surówka z buraczków i jabłka 75g  Mix warzyw na parze 75g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Fileciki z kurczaka w sosie ziołowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Kasza jęczmienna, drobna 200g **(1)**  Surówka z buraczków i jabłka 100g  Kisiel owocowy 150g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Fileciki z kurczaka w sosie ziołowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Kasza jęczmienna, drobna 200g **(1)**  Surówka z buraczków i jabłka 150g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Fileciki z kurczaka w sosie ziołowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Kasza jęczmienna, drobna 200g **(1)**  Buraczki na ciepło 150g  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** | **-** | mandarynka 100g | - | Kisiel owocowy 150g | Kisiel owocowy 150g | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z pora, jajka, groszku i ogórka konserwowego z majonezem 120g **(3)**  kiełbasa krakowska 30g  sałata 5g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z pora, jajka, groszku i ogórka konserwowego z majonezem 120g **(3)**  kiełbasa krakowska 30g  sałata 5g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z białek jaj, szynki z jogurtem 120g **(3,7)**  miód 25g  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z białek jaj, szynki z jogurtem 120g **(3,7)**  miód 25g  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z białek jaj, szynki z jogurtem 120g **(3,7)**  miód 25g  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  
CZWARTEK 30.11.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)**  ser biały, w kostce 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g brokuł na parze 60g  masło 15g **(7)**  chleb pszenno-żytni 90g **(1)**  Herbata/ kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | ser biały, w kostce 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g  brokuł na parze 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)**  ser biały, w kostce 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g brokuł na parze 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  ser biały, w kostce 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g brokuł na parze 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  ser biały, w kostce 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g brokuł na parze 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** | **-** | gruszka 1 szt. | - | Wafle ryżowe 30g | Wafle ryżowe 30g | Jogurt naturalny 150g (7) | - |
| **OBIAD** | Zupa cukiniowa z groszkiem ptysiowym z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Fasolka po bretońsku z kiełbasą śląską 180g  Ziemniaki z koperkiem 200g  Jabłko pieczone 1 szt.  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa cukiniowa z groszkiem ptysiowym z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Fasolka po bretońsku z kiełbasą śląską 180g  Ziemniaki z koperkiem 200g  Jabłko pieczone 1 szt.  Ogórek kiszony, cząsteczki 75g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa cukiniowa z groszkiem ptysiowym z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Siekane polędwiczki wieprzowe w sosie śmietankowym 100g/50ml **(1,3,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Sałatka z pomidora b/s z jogurtem 100g **(7)**  Galaretka owocowa 200g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa cukiniowa z groszkiem ptysiowym z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Siekane polędwiczki wieprzowe w sosie śmietankowym 100g/50ml **(1,3,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Sałatka z pomidora b/s z jogurtem 100g **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa cukiniowa z groszkiem ptysiowym z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Siekane polędwiczki wieprzowe w sosie śmietankowym 100g/50ml **(1,3,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Mix warzyw 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** | **-** | Galaretka owocowa b/c 200g | - | Galaretka owocowa 200g | Galaretka owocowa 200g | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  tuńczyk w pomidorach 80g **(4)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  papryka konserwowa 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  tuńczyk w pomidorach 80g **(4)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  papryka konserwowa 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  tuńczyk w pomidorach 80g **(4)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  marchewka mini 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  tuńczyk w pomidorach 80g **(4)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  marchewka mini 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**  marchewka mini 60g  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 01.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Parówki drobiowe na ciepło 120g  musztarda 10g **(10)**  rzodkiewka czerwona 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Parówki drobiowe na ciepło 120g  musztarda 10g **(10)**  rzodkiewka czerwona 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  sałata z jogurtem 60g **(7)**  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  sałata z jogurtem 60g **(7)**  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 350ml **(1)**  szynka z kurcząt 80g  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** | **-** | Jogurt naturalny 100g **(7)** | - | Galaretka owocowa 200g | Galaretka owocowa 200g | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa gulaszowa z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pierogi ruskie z cebulką 350g **(1,3,7)**  Surówka z selera i brzoskwini z jogurtem greckim 100g **(7,9)**  śliwki 100g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa gulaszowa z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pierogi ruskie z cebulką 350g **(1,3,7)**  Surówka z selera i brzoskwini z jogurtem greckim 75g **(7,9)**  Marchewka w talarkach 75g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa gulaszowa z mielonym mięsem drobiowym z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pierogi ruskie 300g **(1,3,7)**  Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Marchewka w talarkach 100g  Banan 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa gulaszowa z mielonym mięsem drobiowym z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pierogi ruskie 300g **(1,3,7)**  Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Marchewka w talarkach 100g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa gulaszowa z mielonym mięsem drobiowym z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pierogi ruskie 300g **(1,3,7)**  Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Marchewka w talarkach 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** | **-** | śliwki 100g | - | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasztet pieczony 80g **(3,9)**  ser żółty Salami 30g **(7)**  pomidor 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  schab pieczony, w plasterkach 80g  ser żółty Salami 30g **(7)**  pomidor 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  schab pieczony, w plasterkach 80g  serek wiejski 40g **(7)**  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  schab pieczony, w plasterkach 80g  serek wiejski 40g **(7)**  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  indyk pieczony, w plasterkach 80g  serek wiejski 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  
SOBOTA 02.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Ryż na mleku 250ml **(7)**  pasta jajeczna 60g **(3)**  polędwica sopocka 40g  roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | pasta jajeczna 60g **(3)**  polędwica sopocka 40g  roszponka 30g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Ryż na mleku 250ml **(7)**  pasta z białek jaj i szynki 80g  dżem 25g  roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Ryż na mleku 250ml **(7)**  pasta z białek jaj i szynki 80g  dżem 25g  roszponka 30g  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 szynki 80g  dżem 25g  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 100 ml**(7)** | - | Serek owocowy 100 ml**(7)** | Serek owocowy 100 ml**(7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej, drobnej z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Zrazy wołowe w sosie chrzanowym 100g/50ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak na ciepło 100g  ciasto jogurtowe 100g **(1,3,7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej, drobnej z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Zrazy wołowe w sosie chrzanowym 100g/50ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak na ciepło 75g  Kalafior z wody 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej, drobnej z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Duszone zrazy wołowe w sosie koperkowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak na ciepło 100g  ciasto jogurtowe 100g **(1,3,7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej, drobnej z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Duszone zrazy wołowe w sosie koperkowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak na ciepło 100g  ciasto jogurtowe 100g **(1,3,7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej, drobnej z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Duszone zrazy wołowe w sosie koperkowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak na ciepło 100g  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** | **-** | Sok pomidorowy 200ml | - | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka grecka z serem feta, rukolą, czerwoną cebulką i oliwkami 100g **(7)**  szynka gotowana 30g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka grecka z serem feta, rukolą, czerwoną cebulką i oliwkami 100g **(7)**  szynka gotowana 30g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser mozzarella, light 80g **(7)**  szynka gotowana 40g  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser mozzarella, light 80g **(7)**  szynka gotowana 40g  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser mozzarella, light 80g **(7)**  szynka gotowana 40g  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 03.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Salceson luksusowy 80g  ser biały, twarogowy 40g **(7)**  papryka 60g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Salceson luksusowy 80g  ser biały, twarogowy 40g **(7)**  papryka 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  indyk w galarecie 80g  ser biały, twarogowy 40g **(7)**  brokuł na parze 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  indyk w galarecie 80g  ser biały, twarogowy 40g **(7)**  brokuł na parze 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  indyk w galarecie 80g  ser biały, twarogowy 40g **(7)**  brokuł na parze 60g  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** | - | Jogurt naturalny 100ml **(7)** | - | 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** | Rosół z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pieczone udko z kurczaka 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Mizeria z jogurtem greckim 100g **(7)**  Grejfrut 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Rosół z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pieczone udko z kurczaka 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Mizeria z jogurtem greckim 75g **(7)**  Buraczki na ciepło 75g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Rosół jarski z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gotowane udko z kurczaka 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Buraczki na ciepło 100g  Banan 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Rosół z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gotowane udko z kurczaka 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Buraczki na ciepło 150g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Rosół jarski z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gotowane udko z kurczaka 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Buraczki na ciepło 150g  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** | **-** | Grejfrut 1 szt. | - | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta drobiowa 80g **(3,9)**  serek wiejski 40g **(7)**  ogórek konserwowy 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta drobiowa 80g **(3,9)**  serek wiejski 40g **(7)**  ogórek konserwowy 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta drobiowa 80g **(3,9)**  serek wiejski 40g **(7)**  rukola 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta drobiowa 80g **(3,9)**  serek wiejski 40g **(7)**  rukola 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta drobiowa 80g **(3,9)**  serek wiejski 40g **(7)**  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  
PONIEDZIAŁEK 04.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)**  Kiełbasa żywiecka 80g  dżem 25g  marynowane pieczarki 60g  masło 15g **(7)**  chleb pszenno-żytni 60g **(1)**  rogal maślany 30g **(1)**  Herbata/ kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kiełbasa żywiecka 80g  ser żółty Salami 40g **(7)**  marynowane pieczark60g  masło 15g **(7)**  chleb pszenno-żytni 90g **(1)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**  Szynka gotowana 80g  dżem 25g  sałata lodowa 30g  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)**  Szynka gotowana 80g  dżem 25g  sałata lodowa 30g  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)**  Szynka gotowana 80g  dżem 25g  masło 15g **(7)**  bułka weka 60g **(1)**  rogal pszenny 30g **(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 naturalna 150ml **(7)** | - | Maślanka owocowa 150ml **(7)** | Maślanka owocowa 150ml **(7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa grochowa z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Łazanki z kapusty kiszonej i mięsem wieprzowym 350g **(1,3)**  jabłko pieczone 1 szt.  gruszka 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa grochowa z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**    Łazanki z kapusty kiszonej i mięsem wieprzowym 350g **(1,3)**  jabłko pieczone 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa dyniowa z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Sos boloński z mięsem mielonym 180g **(1,7,9)**  makaron świderki 200g **(1)**  jabłko pieczone 1 szt.  Galaretka owocowa 200g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa dyniowa z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Sos boloński z mięsem mielonym 180g **(1,7,9)**  makaron świderki 200g **(1)**  jabłko pieczone 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa dyniowa z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Sos ziołowo-brokułowy z mięsem mielonym 180g **(1,7,9)**  makaron świderki 200g **(1)**  jabłko pieczone 1 szt.  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)**  sałatka a’la gyros z kapusty pekińskiej, kukurydzy i świeżych warzyw z majonezem 100g **(3)**  szynka krucha 30g  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)**  szynka krucha 30g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty lodowej, pomidora b/s z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  szynka krucha 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty lodowej, pomidora b/s z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  szynka krucha 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty lodowej z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  szynka krucha 30g  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  
WTOREK 05.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  twarożek z koperkiem 60g **(7)**  rolada drobiowa 40g  ogórek kiszony 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | twarożek z koperkiem 60g **(7)**  rolada drobiowa 40g  ogórek kiszony 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  twarożek z koperkiem 60g **(7)**  rolada drobiowa 40g  rukola 30g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  twarożek z koperkiem 60g **(7)**  rolada drobiowa 40g  rukola 30g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 350ml **(1)**  twarożek z koperkiem 60g **(7)**  rolada drobiowa 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** | **-** | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** | - | Budyń waniliowy 200g **(7)** | Budyń waniliowy 200g **(7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa jarzynowa z kaszą kuskus i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z indyka w sosie pieczeniowym, jasnym 100g/50ml **(7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidora i cebulki z oliwą 100g  pomarańcz 1szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa jarzynowa z kaszą kuskus i natką pietruszki 350ml **(1,9)**    Pulpety z indyka w sosie pieczeniowym, jasnym 100g/50ml **(7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidora i cebulki z oliwą 75g  Buraczki na ciepło 75g  Kompot wieloowocowy b/c 250 ml | Zupa jarzynowa z kaszą kuskus i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z indyka w sosie ziołowym 100g/50ml **(7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidora b/s z jogurtem 100g **(7)**  Banan 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa jarzynowa z kaszą kuskus i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z indyka w sosie ziołowym 100g/50ml **(7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidora b/s z jogurtem 150g **(7)**  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa jarzynowa z kaszą kuskus i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z indyka w sosie ziołowym 100g/50ml **(7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Buraczki na ciepło 150g  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** | **-** | pomarańcz 1szt. | - | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  brokuł na parze 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  brokuł na parze 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  brokuł na parze 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  parówki drobiowe na ciepło 120g  keczup 10g  brokuł na parze 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka krucha 80g  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***

****

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
ŚRODA 06.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 z tuńczyka 60g **(4,9)**  Ser biały, twarogowy 40g **(7)**  sałata z jogurtem 60g **(7)**  masło 15g **(7)**  chleb pszenno-żytni 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Pasta z tuńczyka 60g **(4,9)**  Ser biały, twarogowy 40g **(7)**  sałata z jogurtem 60g **(7)**  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 tuńczyka 60g **(4,9)**  Ser biały, twarogowy 40g **(7)**  sałata z jogurtem 60g **(7)**  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  Pasta z tuńczyka 60g **(4,9)**  Ser biały, twarogowy 40g **(7)**  sałata z jogurtem 60g **(7)**  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  Pasta z tuńczyka 60g **(4,9)**  Ser biały, twarogowy 40g **(7)**  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** | **-** | Jabłko 1 szt. | - | Jabłko pieczone 1 szt. | Jabłko pieczone 1 szt. | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa pieczarkowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Duszona kaszanka z cebulką 150g  Ziemniaki z wody 200g  Surówka z kiszonego ogórka z oliwką 100g  Winogron 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pieczarkowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**    Duszona kaszanka z cebulką 150g  Ziemniaki z wody 200g  Surówka z kiszonego ogórka z oliwką 75g  Marchewka na gęsto 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa wielowarzywna z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Filet z indyka w sosie tymiankowym 100g/50ml **(1,3,9)**  Ziemniaki z wody 200g  Marchewka na gęsto 100g mus wieloowocowy 150 ml  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa wielowarzywna z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Filet z indyka w sosie tymiankowym 100g/50ml **(1,3,9)**  Ziemniaki z wody 200g  Marchewka na gęsto 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa wielowarzywna z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Filet z indyka w sosie tymiankowym 100g/50ml **(1,3,9)**  Ziemniaki z wody 200g  Marchewka na gęsto 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** | **-** | Kefir 150g **(7)** | - | Kefir 150g **(7)** | Kefir 150g **(7)** | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka wiejska 80g  ser żółty tylżycki 40g **(7)**  pieczarki marynowane 30g  papryka 30g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka wiejska 80g  ser żółty tylżycki 40g **(7)**  pieczarki marynowane 30g  papryka 30g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka wiejska 80g  dżem 25g  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka wiejska 80g  dżem 25g  pomidor b/s 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka wiejska 80g  dżem 25g  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  
CZWARTEK 07.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  serek typu fromage, do smarowania 60g **(7)**  szynka sznurowana 40g  ogórek zielony 60g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | serek typu fromage, do smarowania 60g **(7)**  szynka sznurowana 40g  ogórek zielony 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  serek śmietankowy, do smarowania 60g **(7)**  szynka sznurowana 40g  brokuł na parze 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  serek śmietankowy, do smarowania 60g **(7)**  szynka sznurowana 40g  brokuł na parze 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  serek śmietankowy, do smarowania 60g **(7)**  szynka sznurowana 40g  brokuł 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** | - | Sok pomidorowy 200ml | - | Biszkopty 30g **(1,3,7)** | Biszkopty 30g **(1,3,7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa koperkowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pieczona karkówka w plastrach w sosie własnym 100g/50ml **(1)**  Kluski śląskie 200g **(1,3)**  Surówka z buraczków i jabłka 100g  śliwki 100g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa koperkowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pieczona karkówka w plastrach w sosie własnym 100g/50ml **(1)**  Kluski śląskie 200g **(1,3)**  Surówka z buraczków i jabłka 75g  Kalafior na parze 75g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa koperkowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gotowana szynka wieprzowa w plastrach w sosie tymiankowym 100g/50ml **(1)**  Kluski śląskie 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło 100g  Budyń śmietankowy 200ml **(7)**  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa koperkowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gotowana szynka wieprzowa w plastrach w sosie tymiankowym 100g/50ml **(1)**  Kluski śląskie 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło 150g    Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa koperkowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gotowana szynka wieprzowa w plastrach w sosie tymiankowym 100g/50ml **(1)**  Kluski śląskie 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło 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** | **-** | śliwki 100g | - | Budyń śmietankowy 200ml **(7)** | Budyń śmietankowy 200ml **(7)** | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa z majonezem 120g **(3,9)**  ogonówka 30g  sałata 5g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa z majonezem 120g **(3,9)**  ogonówka 30g  sałata 5g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa bez żółtek jaj z jogurtem naturalnym 120g **(3,7,9)**  polędwica luksusowa 30g  sałata 5g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa bez żółtek jaj z jogurtem naturalnym 120g **(3,7,9)**  polędwica luksusowa 30g  sałata 5g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa bez żółtek jaj z jogurtem naturalnym 120g **(3,7,9)**  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 08.12.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Płatki jęczmienne na mleku 250ml **(1,7)**  jajko gotowane 60g **(3)**  kiełbasa żywiecka 40g  ogórek konserwowy 60g  masło 15g **(7)**  chleb pszenno-żytni 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | jajko gotowane 60g **(3)**  kiełbasa żywiecka 40g  ogórek konserwowy 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Płatki jęczmienne na mleku 250ml **(1,7)**  pasta z białek jaj i sera białego 60g **(3,7)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 40g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Płatki jęczmienne na mleku 250ml **(1,7)**  pasta z białek jaj i sera białego 60g **(3,7)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 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)**  pasta z białek jaj i sera białego 60g **(3,7)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 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** | - | kiwi 100g | - | banan 1 szt. | banan 1 szt. | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Barszcz biały z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Filet z dorsza w sosie greckim 100g/50ml **(1,4,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z kiszonej kapusty i jabłka 100g  kiwi 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Barszcz biały z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Filet z dorsza w sosie greckim 100g/50ml **(1,4,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z kiszonej kapusty i jabłka 75g  Szpinak na ciepło 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Barszcz biały z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Parowany filet z dorsza 100g **(1,4)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak na ciepło 100g  Kisiel owocowy 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Barszcz biały z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Parowany filet z dorsza 100g **(1,4)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak na ciepło 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Parowany filet z dorsza 100g **(1,4)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak na ciepło 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)**  serek wiejski z koperkiem 80g **(7)**  baleron luksusowy 40g  papryka 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski z koperkiem 80g **(7)**  baleron luksusowy 40g  papryka 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski z koperkiem 80g **(7)**  kiełbasa zielonogórska 40g  marchewka mini 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski z koperkiem 80g **(7)**  kiełbasa zielonogórska 40g  marchewka mini 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski z koperkiem 80g **(7)**  kiełbasa zielonogórska 40g  marchewka mini 60g  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***