

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
PONIEDZIAŁEK 30.10.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Pasta z tuńczyka 70g **(4)**  Ser biały, twarogowy 40g **(7)**  rzodkiewka 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Pasta z tuńczyka 70g **(4)**  Ser biały, twarogowy 40g **(7)**  rzodkiewka 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Pasta z tuńczyka 70g **(4)**  Ser biały, twarogowy 40g **(7)**  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Pasta z tuńczyka 70g **(4)**  Ser biały, twarogowy 40g **(7)**  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  Pasta z tuńczyka 70g **(4)**  Ser biały, twarogowy 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** | Zupa kapuśniak z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  Sałatka z buraczków i jabłka 100g  kiwi 100g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa kapuśniak z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  Kalafior na parze 75g  Sałatka z buraczków i jabłka 75g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  Surówka z buraczków i jabłka 100g  Banan 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  Surówka z buraczków i jabłka 150g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  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** | **-** | 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)**  brokuł na parze 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  rolada drobiowa 80g  ser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**  brokuł na parze 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  rolada drobiowa 80g  ser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**  brokuł na parze 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  rolada drobiowa 80g  ser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**  brokuł na parze 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  rolada drobiowa 80g  ser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**  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  
WTOREK 31.10.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)** | - | Serek waniliowy 200g **(7)** | Serek waniliowy 200g **(7)** | Jogurt naturalny 150g (7) | - |
| **OBIAD** | Zupa szpinakowa z kaszą kuskus z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Karkówka w sosie własnym 100g/50ml  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidora z oliwą 100g  gruszka 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa szpinakowa z kaszą kuskus z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Karkówka w sosie własnym 100g/50ml  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidora z oliwą 75g  mix warzyw na parze z masełkiem 75g **(7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa szpinakowa z kaszą kuskus z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Filet z piersi kurczaka w sosie własnym 100g/50ml  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidora b/s z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  galaretka owocowa 200g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa szpinakowa z kaszą kuskus z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Filet z piersi kurczaka w sosie własnym 100g/50ml  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidora b/s z jogurtem naturalnym 100g 150g **(7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa szpinakowa z kaszą kuskus z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Filet z piersi kurczaka w sosie własnym 100g/50ml  Ziemniaki z koperkiem 200g  mix warzyw na parze z masełkiem 150g **(7)**  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 twarogu i szynki 80g **(7)**  miód 25g  ogórek zielony 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z twarogu i szynki 80g **(7)**  ser żółty tylżycki 30g **(7)**  ogórek zielony 60g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z twarogu i szynki 80g **(7)**  miód 25g  sałata 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z twarogu i szynki 80g **(7)**  miód 25g  sałata 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z twarogu i szynki 80g **(7)**  miód 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  
ŚRODA 01.11.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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  dżem 25g  jabłko 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | serek wiejski 40g **(7)**  Kiełbasa żywiecka 70g  jabłko 1 szt.  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  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)**  Szynka konserwowa 70g  dżem 25g  jabłko pieczone 1 szt.  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  dżem 25g  jabłko pieczone 1 szt.  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)** | - | Kisiel owocowy 200g | Kisiel owocowy 200g | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa krem z białych warzyw z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kotlet de volaile z mięsa mielonego z pieczarkami 110g **(1,3)**  Sos koperkowy 50ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka Colesław 100g **(7)**  pomelo 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa krem z białych warzyw z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kotlet de volaile z mięsa mielonego z pieczarkami 110g **(1,3)**  Sos koperkowy 50ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g Surówka Colesław 75g **(7)**  Kalafior na parze, z masełkiem 75g **(7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa krem z białych warzyw z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kotlet de volaile z mięsa mielonego, bez panierki parowany 100g **(1,3)**  Sos koperkowy 50ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g Marchewka oprószana 100g  Budyń śmietankowy 200g **(7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa krem z białych warzyw z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kotlet de volaile z mięsa mielonego, bez panierki parowany 100g **(1,3)**  Sos koperkowy 50ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g Marchewka oprószana 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa krem z białych warzyw z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kotlet de volaile z mięsa mielonego, bez panierki parowany 100g **(1,3)**  Sos koperkowy 50ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g Marchewka oprószana 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** | **-** | pomelo 100g | - | Budyń śmietankowy 200g **(7)** | Budyń śmietankowy 200g **(7)** | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasztet pieczony 80g **(3,9)**  serek wiejski 40g **(7)**  rukola 30g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka z indyka 60g  serek wiejski 40g **(7)**  rukola 30g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka z indyka 60g  serek wiejski 40g **(7)**  rukola 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka z indyka 60g  serek wiejski 40g **(7)**  rukola 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka z indyka 60g  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  
CZWARTEK 02.11.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Kasza kukurydziana 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)** | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(1,7)**  pasta z białek jaj i sera białego 80g **(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 mleku 250ml **(1,7)**  pasta z białek jaj i sera białego 80g **(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 80g **(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** | Barszcz czerwony z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Ryż zapiekany z jabłkiem 350g  Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Grejfrut 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Ryż zapiekany z jabłkiem 350g  Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Kompot wieloowocowy b/c 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Ryż zapiekany z jabłkiem 350g  Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Banan 1 szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Ryż zapiekany z jabłkiem 350g  Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Ryż zapiekany z jabłkiem 350g  Jogurt owocowy 100ml **(7)**  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. | - | 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)**  sałata 30g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pieczona pierś z indyka, w plasterki 80g  ser żółty Salami 40g **(7)**  sałata 30g  Herbata b/c 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pieczona pierś z indyka, w plasterki 80g  dżem 25g  sałata 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pieczona pierś z indyka, w plasterki 80g  dżem 25g  sałata 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pieczona pierś z indyka, w plasterki 80g  dżem 25g  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  
PIĄTEK 03.11.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA** | **DIETA CUKRZYCOWA** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA** | **DIETA TRZUSTKOWA** | **DIETA PŁYNNA / PAPKOWATA** | **DIETA KLEIKOWA** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  kurczak w galarecie 80g  serek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**  ogórek konserwowy 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)**  ogórek konserwowy 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  kurczak w galarecie 80g  serek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**  marchewka w talarkach 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  kurczak w galarecie 80g  serek śmietankowy do smarowania 40g **(7)**  marchewka w talarkach 60g  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)**  marchewka w talarkach 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** | Zupa krupnik z kaszą jęczmienną, drobną z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Panierowany morszczuk 110g **(1,3,4)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z kapusty kiszonej i marchewki 100g  Mandarynki 100g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa krupnik z kaszą jęczmienną, drobną z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Panierowany morszczuk 110g **(1,3,4)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z kapusty kiszonej i marchewki 75g  Sałatka z pomidora i cebulki 75g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa krupnik z kaszą jęczmienną, drobną z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Parowany morszczuk 100g **(1,3,4)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak na ciepło 100g  Kisiel owocowy 150g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa krupnik z kaszą jęczmienną, drobną z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Parowany morszczuk 100g **(1,3,4)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak na ciepło 150g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa krupnik z kaszą jęczmienną, drobną z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Parowany morszczuk 100g **(1,3,4)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Szpinak 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** | **-** | Sok pomidorowy 250 ml | - | Kisiel owocowy 150g | Kisiel owocowy 150g | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser mozzarella, plastry 80g **(7)**  szynka drobiowa 40g  pomidor 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser mozzarella, plastry 80g **(7)**  szynka drobiowa 40g  pomidor 60g  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 | 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  
SOBOTA 04.11.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)**  twarożek z koperkiem 60g **(7)**  kiełbasa krakowska 40g  papryka 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  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)**  twarożek z koperkiem 60g **(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 owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  twarożek z koperkiem 60g **(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 kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  twarożek z koperkiem 60g **(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** | - | Maślanka 150ml **(7)** | - | Maślanka 150ml **(7)** | Maślanka 150ml **(7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Boeuf Stroganow 180g **(1,9)**  Kasza gryczana 200g  Surówka z selera i brzoskwini z jogurtem 100g **(7,9)**  Śliwki 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Boeuf Stroganow 180g **(1,9)**  Kasza gryczana 200g  Surówka z selera i brzoskwini z jogurtem 75g **(7,9)**  Brokuł na parze 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gulasz z indyka 180g **(1,9)**  Kasza bulgur 200g **(1)**  Brokuł na parze 100g  Sok wieloowocowy w kartoniku 250 ml  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gulasz z indyka 180g **(1,9)**  Kasza bulgur 200g **(1)**  Brokuł na parze 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gulasz z indyka 180g **(1,9)**  Kasza bulgur 200g **(1)**  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** | **-** | 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  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, ryżu z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  polędwica luksusowa 30g  sałata 5g  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  
NIEDZIELA 05.11.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | Rosół z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pieczone pałki z kurczaka, w ziołach 2 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z czerwonej kapusty 100g  Jabłko 1 szt.  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pieczone pałki z kurczaka, w ziołach 2 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z czerwonej kapusty 75g  Mix warzyw na parze 75g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół jarski z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gotowane pałki z kurczaka, w ziołach 2 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Mix warzyw na parze 100g  mus wieloowocowy 150 ml  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gotowane pałki z kurczaka, w ziołach 2 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Mix warzyw na parze 150g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół jarski z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Gotowane pałki z kurczaka, w ziołach 2 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Mix warzyw na parze 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** | **-** | Jabłko 1 szt. | - | mus wieloowocowy 150 ml | mus wieloowocowy 150 ml | **-** | - |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser camembert 40g **(7)**  polędwica sopocka 80g  ogórek zielony 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser camembert 40g **(7)**  polędwica sopocka 80g  ogórek zielony 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  
PONIEDZIAŁEK 06.11.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 grochowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pierogi z mięsem i cebulką 350g **(1,3,7)**  Surówka z marchewki i jabłka 100g  gruszka 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa grochowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pierogi z mięsem i cebulką 350g **(1,3,7)**  Surówka z marchewki i jabłka 75g  Kalafior z wody, z bułką tartą 75g **(1)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pierogi z mięsem 350g **(1,3,7)**  Marchewka na gęsto 100g  Banan 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pierogi z mięsem 350g **(1,3,7)**  Marchewka na gęsto 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pierogi z mięsem 350g **(1,3,7)**  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** | **-** | gruszka 1 szt. | - | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | **-** | - |
| **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 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 07.11.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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  ogórek zielony 60g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | jajko gotowane 60g **(3)**  kiełbasa szynkowa 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)**  pasta z białek jaj i szynki 80g **(3)**  dżem 25g  roszponka 30g  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  roszponka 30g  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** | Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Polędwiczki wieprzowe w sosie ziołowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Buraczki na ciepło 100g  Winogron 100g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Polędwiczki wieprzowe w sosie ziołowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z cukinii i marchewki 75g  Buraczki na ciepło 75g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Polędwiczki wieprzowe w sosie ziołowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Buraczki na ciepło 100g  Budyń śmietankowy 200ml **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Polędwiczki wieprzowe w sosie ziołowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Buraczki na ciepło 150g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa wiosenna z makaronem z natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Polędwiczki wieprzowe w sosie ziołowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  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** | **-** | Budyń śmietankowy b/c 200ml **(7)** | - | Budyń śmietankowy 200ml **(7)** | Budyń śmietankowy 200ml **(7)** | **-** | - |
| **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 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 08.11.2023**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)**  twaróg z suszonymi pomidorami 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  pomidor 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  pomidor 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)**  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 jęczmienne 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** | - | kiwi 100g | - | banan 1 szt. | banan 1 szt. | Jogurt naturalny 150g **(7)** | - |
| **OBIAD** | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Medaliony z indyka w sosie ciemnym 110g/50ml **(1,7,9)**  Ryż biały 200g  Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka konserwowego i kukurydzy 100g  kiwi 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Medaliony z indyka w sosie ciemnym 110g/50ml **(1,7,9)**  Ryż biały 200g  Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka konserwowego i kukurydzy 75g  Szpinak na ciepło 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Medaliony z indyka, bez panierki w sosie śmietanowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ryż biały 200g  Szpinak na ciepło 100g  banan 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Medaliony z indyka, bez panierki w sosie śmietanowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ryż biały 200g  Szpinak na ciepło 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**  Medaliony z indyka, bez panierki w sosie śmietanowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ryż biały 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)**  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***