

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU  
PONIEDZIAŁEK 18.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA – 1.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA – 2.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA – 3.** | **DIETA 3 / 4**  **5 POSIŁKOWA** | **DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW- 6.** | **DIETA PŁYNNA - 13. / PŁYNNA WZMOCNIONA – 14.** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA – 9.** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Polędwica miodowa 80g  Ser camembert 40g **(7)**  pomidor 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Polędwica miodowa 80g  dżem 25g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Polędwica miodowa 80g  dżem 25g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Polędwica miodowa 80g  dżem 25g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Polędwica miodowa 80g  Ser camembert 40g **(7)**  pomidor 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Zupa grysikowa na bulionie warzywnym + masło 15g 500ml **(1,7)**  Herbata 250ml | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Polędwica miodowa 80g  dżem 25g  pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | - | - | Biszkopty 30g **(1,3,7)** | Jogurt naturalny 150ml **(7)** | Jogurt naturalny 150ml **(7)** | Biszkopty 30g **(1,3,7)** |
| **OBIAD** | Zupa fasolowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(9)**  Boeuf Stroganow 180g **(1,9)**  Kasza jęczmienna 200g **(1)**  Surówka z czerwonej kapusty i papryki 100g  Jabłko 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(9)**  Gulasz z indyka 180g **(1,9)**  Kasza jęczmienna 200g **(1)**  Szpinak na ciepło 100g  Galaretka 200ml  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(9)**  Gulasz z indyka 180g **(1,9)**  Kasza jęczmienna 200g **(1)**  Szpinak na ciepło 100g  Galaretka 200ml  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(9)**  Gulasz z indyka 180g **(1,9)**  Kasza jęczmienna 200g **(1)**  Szpinak na ciepło 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa fasolowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(9)**  Boeuf Stroganow 180g **(1,9)**  Kasza gryczana 200g  Surówka z czerwonej kapusty i papryki 75g  Szpinak na ciepło 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(9)**  Gulasz z indyka 180g **(1,9)**  Kasza jęczmienna 200g **(1)**  Szpinak na ciepło 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Galaretka 200ml | Jabłko 1 szt. | **14:** mus jabłkowy 200ml | Galaretka 200ml |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek śmietankowy 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g  rzodkiewka czerwona 60 g  Herbata 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek śmietankowy 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g  brokuł na parze 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek śmietankowy 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g  brokuł na parze 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek śmietankowy 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g  brokuł na parze 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek śmietankowy 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g  rzodkiewka czerwona 60 g  Herbata b/c 250 ml | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek śmietankowy 80g **(7)**  szynka konserwowa 40g  brokuł na parze 60g  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 19.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA – 1.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA – 2.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA – 3.** | **DIETA 3 / 4**  **5 POSIŁKOWA** | **DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW- 6.** | **DIETA PŁYNNA - 13. / PŁYNNA WZMOCNIONA – 14.** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA – 9.** |
| **ŚNIADANIE** | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(7)**  Parówki drobiowe na ciepło 120g  musztarda 10g **(10)**  marchewka mini 60g  masło 15g **(7)**  chleb pszenno-żytni 90g **(1)**  Herbata/ kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(7)**  Parówki drobiowe na ciepło 120g  Ketchup 10g  marchewka mini 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(7)**  Parówki drobiowe na ciepło 120g  Ketchup 10g  marchewka mini 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  Pasta drobiowa 120g  marchewka mini 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Parówki drobiowe na ciepło 120g  musztarda 10g **(10)**  marchewka mini 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Zupa zacierkowa na wywarze warzywnym + masło 15g 500ml **(1,7)**  Herbata 250ml | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(7)**  Parówki drobiowe na ciepło 120g  Ketchup 10g  marchewka mini 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II**  **ŚNIADANIE** | **-** | - | - | Wafle ryżowe 30g | Jogurt naturalny 150g **(7)** | Jogurt naturalny 150g **(7)** | Wafle ryżowe 30g |
| **OBIAD** | Zupa jarzynowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kartacze z mięsem mielonym z cebulką 350g **(1,3)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Banan 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kartacze z mięsem mielonym 350g **(1,3)**  Jabłko pieczone 1 szt Banan 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kartacze z mięsem mielonym 350g **(1,3)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Banan 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kartacze z mięsem mielonym 350g **(1,3)**  Jabłko pieczone 1 szt  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kartacze z mięsem mielonym z cebulką 350g **(1,3)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Mix warzyw na ciepło 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ryżem + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ryżem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kartacze z mięsem mielonym 350g **(1,3)**  Ziemniaki z koperkiem Jabłko pieczone 1 szt  Woda niegazowana w butelce 500ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | **14:** mus bananowy 100g | Banan 1 szt. |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa z majonezem 100g **(3)**  kiełbasa żywiecka 30g  roszponka 30g  Herbata 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa białek jaj z jogurtem naturalnym 100g **(3,7)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 30g  roszponka 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa białek jaj z jogurtem naturalnym 100g **(3,7)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 30g  roszponka 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa białek jaj z jogurtem naturalnym 100g **(3,7)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 30g  roszponka 30g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa z majonezem 100g **(3)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 30g  roszponka 30g  Herbata b/c 250 ml | Krupnik z kaszą jaglaną + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka jarzynowa białek jaj z jogurtem naturalnym 100g **(3,7)**  kiełbasa krakowska, drobiowa 30g  roszponka 30g  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 20.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA – 1.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA – 2.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA – 3.** | **DIETA 3 / 4**  **5 POSIŁKOWA** | **DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW- 6.** | **DIETA PŁYNNA - 13. / PŁYNNA WZMOCNIONA – 14.** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA – 9.** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Rolada drobiowa 80g  serek mozzarella 40g **(7)**  papryka 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Rolada drobiowa 80g  serek mozzarella light 40g **(7)**  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)**  Rolada drobiowa 80g  serek mozzarella light 40g **(7)**  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)**  Rolada drobiowa 80g  serek mozzarella light 40g **(7)**  sałata z jogurtem 60g **(7)**  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Rolada drobiowa 80g  serek mozzarella 40g **(7)**  papryka 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Zupa ryżowa + masło 15g **(1,7)**  Herbata 250ml | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Rolada drobiowa 80g  serek mozzarella light 40g **(7)**  sałata z jogurtem 60g **(7)**  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II**  **ŚNIADANIE** | **-** | - | - | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** | Sok pomidorowy 250ml | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** |
| **OBIAD** | Zupa pieczarkowa z makaronem i natką pietruszki350ml **(1,7,9)**  Żeberka w sosie własnym 130g/50ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Mizeria z jogurtem greckim 100g **(7)**  Mandarynka 100g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa zacierkowa z natką pietruszki 350ml **(1,3,9)**  Bitka schabowa w sosie własnym 100g/50 ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z buraczków i jabłka 100g  Sok wieloowocowy 250ml  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa zacierkowa z natką pietruszki 350ml **(1,3,9)**  Bitka schabowa w sosie własnym 100g/50 ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z buraczków i jabłka 100g  Sok wieloowocowy 250ml    Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa zacierkowa z natką pietruszki 350ml **(1,3,9)**  Bitka schabowa w sosie własnym 100g/50 ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z buraczków i jabłka 150g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa pieczarkowa z makaronem i natką pietruszki350ml **(1,7,9)**  Żeberka w sosie własnym 130g/50ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Mizeria z jogurtem greckim75g **(7)**  Surówka z buraczków i jabłka 75g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Zupa zacierkowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | Zupa zacierkowa z natką pietruszki 350ml **(1,3,9)**  Bitka schabowa w sosie własnym 100g/50 ml **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z buraczków i jabłka 150g  Kompot wieloowocowy 250 ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Sok wieloowocowy 250ml | Mandarynka 100g. | Sok wieloowocowy 250ml | Sok wieloowocowy 250ml |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski 80g **(7)**  polędwica sopocka 40g  ogórek konserwowy 60g  Herbata 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski 80g **(7)**  polędwica sopocka 40g  kalafior na parze 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski 80g **(7)**  polędwica sopocka 40g  kalafior na parze 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski 80g **(7)**  polędwica sopocka 40g  kalafior na parze 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski 80g **(7)**  polędwica sopocka 40g  ogórek konserwowy 60g  Herbata b/c 250 ml | Zupa jarzynowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  serek wiejski 80g **(7)**  polędwica sopocka 40g  kalafior na parze 60g  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 21.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA – 1.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA – 2.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA – 3.** | **DIETA 3 / 4**  **5 POSIŁKOWA** | **DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW- 6.** | **DIETA PŁYNNA - 13. / P. WZMOCNIONA – 14.** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA – 9.** |
| **ŚNIADANIE** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  Pasta z tuńczyka 80g **(4,9)**  dżem 25g  Pomidor 60g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  Pasta z tuńczyka 80g **(4,9)**  dżem 25g  Roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  Pasta z tuńczyka 80g **(4,9)**  dżem 25g  roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  Pasta z tuńczyka 80g **(4,9)**  dżem 25g  roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata 250ml | Pasta z tuńczyka 80g **(4,9)**  Serek naturalny 40g **(7)**  Pomidor 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Krupnik z kaszą jaglaną + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | Płatki owsiane na mleku 250ml **(1,7)**  Pasta z tuńczyka 80g **(4,9)**  dżem 25g  roszponka 30g  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | - | - | Maślanka owocowa 250ml **(7)**. | gruszka 1 szt. | Maślanka owocowa 250ml **(7)**. | Maślanka owocowa 250ml **(7)**. |
| **OBIAD** | Zupa brokułowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1 ,9)**  Pierogi ruskie z cebulką 350g **(1,7)**  Surówka z selera i brzoskwini 100g **(7)**  gruszka 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa brokułowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1 ,9)**  Pierogi ruskie 350g **(1,7)**  jogurt naturalny 150 ml **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Kisiel owocowy 200ml  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa brokułowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1 ,9)**  Pierogi ruskie 350g **(1,7)**  jogurt naturalny 150 ml **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Kisiel owocowy 200ml  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa brokułowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1 ,9)**  Pierogi ruskie 350g **(1,7)**  jogurt naturalny 150 ml **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa brokułowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1 ,9)**  Pierogi ruskie z cebulką 350g **(1,7)**  Surówka z selera i brzoskwini 75g  Jabłko pieczone 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa brokułowa z ziemniakami + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa brokułowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1 ,9)**  Pierogi ruskie 350g **(1,7)**  jogurt naturalny 150 ml **(7)**  Jabłko pieczone 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - |  | Kisiel owocowy 200ml | Maślanka naturalna 250ml **(7)**. | **14:** Kisiel owocowy 200ml | Kisiel owocowy 200ml |
| **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  Herbata 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty i pomidora z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  polędwica luksusowa 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty i pomidora z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  polędwica luksusowa 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty i pomidora z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  polędwica luksusowa 30g  Herbata 250ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka a’la gyros z kapusty pekińskiej, kukurydzy i świeżych warzyw z majonezem 100g **(3)**  ogonówka 30g  Herbata b/c 250 ml | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty i pomidora z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  polędwica luksusowa 30g  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 22.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA – 1.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA – 2.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA – 3.** | **DIETA 3 / 4**  **5 POSIŁKOWA** | **DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW- 6.** | **DIETA PŁYNNA - 13. / PŁYNNA WZMOCNIONA – 14.** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA – 9.** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  schab pieczony 80g  ser żółty salami 40g  papryka konserwowa 60g  masło 15g **(7)**  bułka wrocławska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  schab pieczony 80g  serek śmietankowy 40g **(7)**  brokuł 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  schab pieczony 80g  serek śmietankowy 40g **(7)**  brokuł 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  schab pieczony 80g  serek śmietankowy 40g **(7)**  brokuł 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | schab pieczony 80g  ser żółty salami 40g  papryka konserwowa 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Grysikowa na wywarze warzywnym + masło 15g 500ml **(1,7),**  Herbata 250ml | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  schab pieczony 80g  serek śmietankowy 40g **(7)**  brokuł 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | - | - | Rogal maślany 30g **(1)** z masłem 5g **(7)** i twarogiem z konfiturą 20g **(7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)** | Jogurt naturalny 100g **(7)** | Rogal maślany 30g **(1)** z masłem 5g **(7)** i twarogiem z konfiturą 20g **(7)** |
| **OBIAD** | Barszcz ukraiński z fasoli „Jaś” z ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Morszczuk w panierce 110g **(1,3,4)**  Ryż biały 200g  Surówka z kapusty kiszonej 100g  kiwi 100g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Morszczuk parowany 110g **(1,3,4)**  Ryż biały 200g  Marchew w talarkach 100g  Banan 1szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Morszczuk parowany 110g **(1,3,4)**  Ryż biały 200g  Marchew w talarkach 100g  Banan 1szt.  Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Morszczuk parowany 110g **(1,3,4)**  Ryż biały 200g  Marchew w talarkach 150g  Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz ukraiński z fasoli „Jaś” z ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Morszczuk w panierce 110g **(1,3,4)**  Ryż brązowy 200g  Surówka z kapusty kiszonej 75g  Marchew w talarkach 75g.    Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,9)**    kompot wieloowocowy 250ml | Barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem 350ml **(1,9)**  Morszczuk parowany 110g **(1,3,4)**  Ryż biały 200g  Marchew w talarkach 150g  Kompot wieloowocowy 250 ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Banan 1szt. | Kiwi 100g | **14:** mus bananowy 150g | Banan 1szt. |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  jajko gotowane 1szt. **(3)**  szynka krucha 50g  ogórek zielony 60g  Herbata 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z białek jaj i sera 80g **(3,7)**  szynka krucha 40g  sałata 15g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z białek jaj i sera 80g **(3,7)**  szynka krucha 40g  sałata 15g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z białek jaj i sera 80g **(3,7)**  szynka krucha 40g  sałata 15g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  jajko gotowane 1szt. **(3)**  szynka krucha 50g  ogórek zielony 60g  Herbata b/c 250 ml | Zacierkowa na rosole + masło 15g 500ml **(1,3)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z białek jaj i sera 80g **(3,7)**  szynka krucha 40g  sałata 15g  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 23.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA – 1.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA – 2.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA – 3.** | **DIETA 3 / 4**  **5 POSIŁKOWA** | **DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW- 6.** | **DIETA PŁYNNA - 13. / P. WZMOCNIONA – 14.** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA – 9.** |
| **ŚNIADANIE** | Ryż na mleku 250ml **(7)**  twarożek z koperkiem 80g **(7)**  dżem 25g  jabłko pieczone 1szt.  masło 15g **(7)**  rogalik maślany 30g **(1,7)**  bułka weka 60g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Ryż na mleku 250ml **(7)**  twarożek z koperkiem 80g **(7)**  dżem 25g  jabłko pieczone 1szt.  masło 15g **(7)**  rogalik maślany 30g **(1,7)**  bułka weka 60g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Ryż na mleku 250ml **(7)**  twarożek z koperkiem 80g **(7)**  dżem 25g  jabłko pieczone 1szt.  masło 15g **(7)**  rogalik maślany 30g **(1,7)**  bułka weka 60g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  twarożek z koperkiem 80g **(7)**  dżem 25g  jabłko pieczone 1szt.  masło 15g **(7)**  rogalik maślany 30g **(1,7)**  bułka weka 60g **(1)**  Herbata 250ml | twarożek z koperkiem 80g **(7)**  kiełbasa zielonogórska 40g  jabłko pieczone 1szt.  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Zupa ryżowa na bulionie warzywnym + masło 15g **(7)**  Herbata 250ml | Ryż na mleku 250ml **(7)**  twarożek z koperkiem 80g **(7)**  dżem 25g  jabłko pieczone 1szt.  masło 15g **(7)**  rogalik maślany 30g **(1,7)**  bułka weka 60g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | - | - | Kefir naturalny 150ml **(7)** | Kefir naturalny 150ml **(7)** | Kefir naturalny 150ml **(7)** | Kefir naturalny 150ml **(7)** |
| **OBIAD** | Krupnik z kaszą jaglaną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Bigos z kiełbasą śląską 180g **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Pomarańcz 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik z kaszą jaglaną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kawałki indyka w sosie ziołowym 180g **(1,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidorów i jogurtu 100g  Mus owocowy 150ml  Woda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik z kaszą jaglaną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kawałki indyka w sosie ziołowym 180g **(1,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidorów i jogurtu 100g **(7)**  Mus owocowy 150ml  Woda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik z kaszą jaglaną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kawałki indyka w sosie ziołowym 180g **(1,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidorów i jogurtu 150g **(7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik z kaszą jaglaną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Bigos z kiełbasą śląską 180g **(1,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidorów i jogurtu 75 g **(7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik z kaszą jaglaną + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik z kaszą jaglaną i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Kawałki indyka w sosie ziołowym 180g **(1,7)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Surówka z pomidorów i jogurtu 150g **(7)**  Szpinak na ciepło 150g  Woda niegazowana w butelce 500ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Mus owocowy 150ml | Pomarańcz 100g | **14:** Mus owocowy 150ml | Mus owocowy 150ml |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  Parówki drobiowe na ciepło 120g  Ketchup 10g  marchewka mini 60g  Herbata 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  Parówki drobiowe na ciepło 120g  Ketchup 10g  marchewka mini 60g Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  Parówki drobiowe na ciepło 120g  Ketchup 10g  marchewka mini 60g Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  Pasta mięsna 120g  marchewka mini 60g Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  Parówki drobiowe na ciepło 120g  Ketchup 10g  marchewka mini 60g  Herbata b/c 250 ml | Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  Parówki drobiowe na ciepło 120g  Ketchup 10g  marchewka mini 60g 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 24.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA – 1.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA – 2.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA – 3.** | **DIETA 3 / 4**  **5 POSIŁKOWA** | **DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW- 6.** | **DIETA PŁYNNA - 13. / PŁYNNA WZMOCNIONA – 14.** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA – 9.** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Indyk w galarecie 80g  Serek fromage 40g **(7)**  Rzodkiewka czerwona 60g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Indyk w galarecie 80g  Serek fromage 40g **(7)**  Roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Indyk w galarecie 80g  Serek fromage 40g **(7)**  Roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Indyk w galarecie 80g  Serek fromage 40g **(7)**  Roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata 250ml | Indyk w galarecie 80g  Serek fromage 40g **(7)**  Rzodkiewka czerwona 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Grysikowa na wywarze warzywnym + masło 15g + miód 500ml **(1,7),** ser biały 100g **(7)**  Herbata 250ml | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Indyk w galarecie 80g  Serek fromage 40g **(7)**  Roszponka 30g  masło 15g **(7)**  bułka paryska 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II**  **ŚNIADANIE** | **-** | - | - | Serek owocowy 150g **(7)** | Serek naturalny 150g **(7)** | Serek owocowy 150g **(7)** | Serek owocowy 150g **(7)** |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,3,7,9)**  Udko z kurczaka pieczone 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Colesław 100g  Grejfrut ½ szt.  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół na wywarze warzywnym z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,3,7,9)**  Udko z kurczaka gotowane 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Kalafior na parze 100g  Kisiel owocowy 200g.  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół na wywarze warzywnym z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,3,7,9)**  Udko z kurczaka gotowane 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Kalafior na parze 100g  Kisiel owocowy 200g.  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół na wywarze warzywnym z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,3,7,9)**  Udko z kurczaka gotowane 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Kalafior na parze 150g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,3,7,9)**  Udko z kurczaka pieczone 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Kalafior na parze 75g  Colesław 75g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | Rosół na wywarze warzywnym z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,3,7,9)**  Udko z kurczaka gotowane 1 szt.  Ziemniaki z koperkiem 200g  Kalafior na parze 150g  Kompot wieloowocowy  250 ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Kisiel owocowy 200g. | Grejfrut ½ szt. | **14:** Kisiel owocowy 200g. | Kisiel owocowy 200g. |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka grecka z serem feta, rukolą, czerwoną cebulką i oliwkami 100g **(7)**  szynka gotowana 30g  pomidor 60g  Herbata 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  pomidor b/s 60g  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  pomidor 60g  Herbata b/c 250 ml | Zupa marchewkowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  ser mozzarella, light 80g **(7)**  szynka gotowana 40g  pomidor b/s 60g  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 25.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA – 1.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA – 2.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA – 3.** | **DIETA 3 / 4**  **5 POSIŁKOWA** | **DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW- 6.** | **DIETA PŁYNNA - 13. / PŁYNNA WZMOCNIONA – 14.** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA – 9.** |
| **ŚNIADANIE** | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**  Pasta jajeczna 60g **(3)**  Baleron luksusowy 40g  Ogórek kiszony 30g  Pieczarki marynowane 30g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata/ kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**  pasta z białek jaj i szynki 80g **(3)**  miód 25g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**  pasta z białek jaj i szynki 80g **(3)**  miód 25g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  pasta z białek jaj i szynki 80g **(3)**  miód 25g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Pasta jajeczna 60g **(3)**  Baleron luksusowy 40g  Ogórek kiszony 30g  Pieczarki marynowane 30g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Zupa jarzynowa na bulionie warzywnym + masło 15g + miód 500ml **(1,7),** ser biały 100g **(7)**  Herbata 250ml | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**  pasta z białek jaj i szynki 80g **(3)**  miód 25g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II**  **ŚNIADANIE** | **-** | - | - | Maślanka owocowa 150ml **(7)** | Maślanka naturalna 150ml **(7)** | Maślanka owocowa 150ml **(7)** | Maślanka owocowa 150ml **(7)** |
| **OBIAD** | Zupa kapuśniak z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z szynki w sosie chrzanowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Kopytka 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło 100g  gruszka 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z szynki w sosie śmietanowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Kopytka 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło  Banan 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z szynki w sosie śmietanowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Kopytka 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło  Banan 1 szt  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z szynki w sosie śmietanowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Kopytka 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa kapuśniak z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z szynki w sosie chrzanowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Kopytka 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło 75g  Surówka z cukinii i marchewki 75g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa + ziemniaki + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa koperkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Pulpety z szynki w sosie śmietanowym 100g/50ml **(1,3,7,9)**  Kopytka 200g **(1,3)**  Buraczki na ciepło  Woda niegazowana w butelce 500ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Banan 1 szt. | gruszka 1 szt. | **14:** mus bananowy 100g | Banan 1 szt. |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka sznurowana 80g  serek żółty salami 40g **(7)**  papryka 60g  Herbata 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka sznurowana 80g  serek grani 40g **(7)**  Sałata z jogurtem 60g **(7)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka sznurowana 80g  serek grani 40g **(7)**  Sałata z jogurtem 60g **(7)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka sznurowana 80g  serek grani 40g **(7)**  Sałata z jogurtem 60g **(7)**  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka sznurowana 80g  serek żółty salami 40g **(7)**  papryka 60g  Herbata b/c 250 ml | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  szynka sznurowana 80g  serek grani 40g **(7)**  Sałata z jogurtem 60g **(7)**  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 26.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA – 1.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA – 2.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA – 3.** | **DIETA 3 / 4**  **5 POSIŁKOWA** | **DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW- 6.** | **D.PŁYNNA - 13. / P. WZMOC. – 14.** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA – 9.** |
| **ŚNIADANIE** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Twarożek z koperkiem 80g **(7)**  Kiełbasa żywiecka 40g  pomidor 60g  masło 15g **(7)**  rogalik maślany 30g **(1,7)**  bułka wrocławska 60g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Twarożek z koperkiem 80g **(7)**  Szynka drobiowa 40g  Pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  rogalik maślany 30g **(1,7)**  bułka wrocławska 60g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Twarożek z koperkiem 80g **(7)**  Szynka drobiowa 40g  Pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  rogalik maślany 30g **(1,7)**  bułka wrocławska 60g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)**  Twarożek z koperkiem 80g **(7)**  Szynka drobiowa 40g  Pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  rogalik maślany 30g **(1,7)**  bułka wrocławska 60g **(1)**  Herbata 250ml | Twarożek z koperkiem 80g **(7)**  Kiełbasa żywiecka 40g  pomidor 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Krupnik na bulionie warzywnym + masło 15g + miód 500ml **(1,7),** ser biały 100g **(7)**  Herbata 250ml | Jogurt owocowy 100ml **(7)**  Twarożek z koperkiem 80g **(7)**  Szynka drobiowa 40g  Pomidor b/s 60g  masło 15g **(7)**  rogalik maślany 30g **(1,7)**  bułka wrocławska 60g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | - | - | Biszkopty 30g **(1,3,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)** | Jogurt naturalny 100g **(7)** | Biszkopty 30g **(1,3,7)** |
| **OBIAD** | Krem z cukinii z grzankami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Roladki wieprzowe z serem mozzarella z sosem pieczarkowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Sałata z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  Kiwi 100g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Krem z cukinii z grzankami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Roladki wieprzowe bez panierki z masełkiem w sosie ziołowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Sałata z jogurtem naturalnym 100g **(7)**  galaretka owocowa 200g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Krem z cukinii z grzankami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Roladki wieprzowe bez panierki z masełkiem sosie ziołowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Sałata z jogurtem naturalnym 100g **(7)**.  galaretka owocowa 200g  Kompot wieloowocowy  250 ml | Krem z cukinii z grzankami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Roladki wieprzowe bez panierki z masełkiem w sosie sosie ziołowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Sałata z jogurtem naturalnym 150g **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml | Krem z cukinii z grzankami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Roladki wieprzowe z serem mozzarella z sosem pieczarkowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Brukselka 75g  Sałata z jogurtem naturalnym 75g **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml | Krem z cukinii z ziemniakami na śmietanie + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  kompot wieloowocowy 250ml | Krem z cukinii z grzankami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Roladki wieprzowe bez panierki z masełkiem w sosie sosie ziołowym 100g/50ml **(1,7,9)**  Ziemniaki z koperkiem 200g  Sałata z jogurtem naturalnym 150g **(7)**  Kompot wieloowocowy  250 ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | galaretka owocowa 200g | Kiwi 100g | **14:** mus owocowy 150g | galaretka owocowa 200g |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  tuńczyk w pomidorach 80g **(4)**  ser biały w kostce 40g **(7)**  ogórek zielony 60g  Herbata 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  ser biały w kostce 40g  brokuł 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  ser biały w kostce 40g  brokuł 60g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  ser biały w kostce 40g  brokuł 60g  Herbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  tuńczyk w pomidorach 80g **(4)**  ser biały w kostce 40g **(7)**  ogórek zielony 60g  Herbata b/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami+ żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  pasta z tuńczyka 80g **(4)**  ser biały w kostce 40g  brokuł 60g  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 27.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłki** | **DIETA PODSTAWOWA – 1.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA – 2.** | **DIETA LEKKOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA – 3.** | **DIETA 3 / 4**  **5 POSIŁKOWA** | **DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW- 6.** | **DIETA PŁYNNA - 13. / PŁYNNA WZMOCNIONA – 14.** | **DIETA WYSOKOBIAŁKOWA – 9.** |
| **ŚNIADANIE** | Płatki jęczmienne na mleku 250ml **(1,7)**  Serek grani 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  papryka 60g  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Płatki jęczmienne na mleku 250ml **(1,7)**  Serek grani 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Płatki jęczmienne na mleku 250ml **(1,7)**  Serek grani 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**  Serek grani 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata 250ml | Serek grani 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  papryka 60g  masło 15g **(7)**  chleb graham 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Zupa grysikowa na bulionie warzywnym + masło 15g + miód 500ml **(1,7),** ser biały 100g **(7)**  Herbata 250ml | Płatki jęczmienne na mleku 250ml **(1,7)**  Serek grani 80g **(7)**  szynka pieczona 40g  jabłko pieczone 1 szt.  masło 15g **(7)**  bułka weka 90g **(1)**  Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II**  **ŚNIADANIE** | - | - | - | banan 1 szt. | Mandarynki 100g | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** | banan 1 szt. |
| **OBIAD** | Żurek z białą kiełbasą, ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Indyk w sosie słodko -kwaśnym 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  Surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy 100g  manadrynki 100g  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Indyk w sosie koperkowym 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  Surówka z pomidorów z jogurtem 100g **(7)**  banan 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Indyk w sosie koperkowym 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  Surówka z pomidorów z jogurtem 100g **(7)**  banan 1 szt.  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Indyk w sosie koperkowym 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  Surówka z pomidorów z jogurtem 150g **(7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Żurek z białą kiełbasą, ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Indyk w sosie słodko -kwaśnym 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  Surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy 75g  Surówka z pomidorów z jogurtem 75g **(7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa + ziemniaki + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**  Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**  Indyk w sosie koperkowym 180g **(1,9)**  Ryż biały 200g  Surówka z pomidorów z jogurtem 150g **(7)**  Woda niegazowana w butelce 500ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** | **14:** mus bananowy 100g | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z pora, jajka, groszku i ogórka konserwowego z majonezem 120g **(3)**  polędwica luksusowa 40g  rzodkiewka czerwona 60g  Herbata 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z białek jaj, sera białego z jogurtem 80g **(7)**  polędwica luksusowa 40g  rukola 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z białek jaj, sera białego z jogurtem 80g **(7)**  polędwica luksusowa 40g  rukola 30g  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z białek jaj, sera białego z jogurtem 80g **(7)**  polędwica luksusowa 40g  rukola 30g  Herbata 250ml | Chleb graham 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z pora, jajka, groszku i ogórka konserwowego z majonezem 120g **(3)**  polędwica luksusowa 40g  rzodkiewka czerwona 60g  Herbata b/c 250 ml | Zupa dyniowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**  Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**  masło 15g **(7)**  sałatka z białek jaj, sera białego z jogurtem 80g **(7)**  polędwica luksusowa 40g  rukola 30g  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***