

**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MSWiA we WROCŁAWIU
CZWARTEK 28.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)** rolada drobiowa 80gser mozzarella, w plasterkach 40g **(7)**pomidor 60gmasło 15g **(7)**bułka paryska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)** rolada drobiowa 80gser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**pomidor b/s 60gmasło 15g **(7)**bułka paryska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100ml **(7)** rolada drobiowa 80gser mozzarella, light, , w plasterkach 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)**rolada drobiowa 80gser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**pomidor b/s 60g masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata 250ml | rolada drobiowa 80gser mozzarella, w plasterkach 40g **(7)**pomidor 60gmasło 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)** rolada drobiowa 80gser mozzarella, light, , w plasterkach 40g **(7)**pomidor b/s 60gmasło 15g **(7)**bułka paryska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II****ŚNIADANIE** | - | - | - | Wafle ryżowe 30g  | Jogurt naturalny 100ml **(7)** | Wafle ryżowe 30g  | Wafle ryżowe 30g  |
| **OBIAD** | Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Eskalopki w sosie bazyliowym 100g/50 ml (**1,7,9**)Kasza gryczana 200gSurówka z buraczków i jabłka 100ggrejpfrut ½ szt.Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Eskalopki w sosie bazyliowym 100g/50 ml (**1,7,9**)Kasza jęczmienna 200g **(1)**Surówka z buraczków i jabłka 100gSok wieloowocowy 250 mlWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Eskalopki w sosie bazyliowym 100g/50 ml (**1,7,9**)Kasza jęczmienna 200g **(1)**Surówka z buraczków i jabłka 100gSok wieloowocowy 250 mlWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Eskalopki w sosie bazyliowym 100g/50 ml (**1,7,9**)Kasza jęczmienna 200g **(1)**Surówka z buraczków i jabłka 150gWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Eskalopki w sosie bazyliowym 100g/50 ml (**1,7,9**)Kasza gryczana 200gSurówka z buraczków i jabłka 75gMix warzyw na ciepło 75gWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa szpinakowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**kompot wieloowocowy 250ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Eskalopki w sosie bazyliowym 100g/50 ml (**1,7,9**)Kasza jęczmienna 200g **(1)**Surówka z buraczków i jabłka 150gWoda niegazowana w butelce 500ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Sok wieloowocowy 250 ml | grejpfrut ½ szt. | **14:** Sok wieloowocowy 250 ml | Sok wieloowocowy 250 ml |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**Pasta z soczewicy i suszonych pomidorów 80g **(9)**Twarożek z koperkiem 40g **(7)**rukola 30 gHerbata 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Kiełbasa krakowska, drobiowa 80gTwarożek z koperkiem 40g **(7)**rukola 30gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Kiełbasa krakowska, drobiowa 80gTwarożek z koperkiem 40g **(7)**rukola 30gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Kiełbasa krakowska, drobiowa 80gTwarożek z koperkiem 40g **(7)**rukola 30gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**Pasta z soczewicy i suszonych pomidorów 80g **(9)**Twarożek z koperkiem 40g **(7)**rukola 30 gHerbata b/c 250 ml  | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Kiełbasa krakowska, drobiowa 80gTwarożek z koperkiem 40g **(7)**rukola 30gHerbata 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 29.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)**Serek śmietankowy 80g **(7)**dżem 25gmarchewka mini 60gmasło 15g **(7)**chleb pszenno-żytni 90g **(1)**Herbata/ kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(7)**Serek śmietankowy 80g **(7)**dżem 25gmarchewka mini 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(7)**Serek śmietankowy 80g **(7)**dżem 25gmarchewka mini 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**Serek śmietankowy 80g **(7)**dżem 25gmarchewka mini 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata 250ml | Serek śmietankowy 80g **(7)**Szynka drobiowa 40gmusztarda 10g **(10)**marchewka mini 60gmasło 15g **(7)**chleb graham 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Zupa ziemniaczana na wywarze warzywnym + masło 15g 500ml **(1,7)**Herbata 250ml | Kasza kukurydziana na mleku 250ml **(7)**Serek śmietankowy 80g **(7)**dżem 25gKetchup 10gmarchewka mini 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II****ŚNIADANIE** | **-** | - | - | Biszkopty 30g **(1,3,7)** | gruszka 1 szt. | Jogurt naturalny 150g **(7)** | Biszkopty 30g **(1,3,7)** |
| **OBIAD** | Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Ryba panierowana 110g **(1,4)** Ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kapusty kiszonej i marchewki 100ggruszka 1 szt.Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Ryba parowana 110g **(1,4)** Ziemniaki z koperkiem 200g Sałata z jogurtem naturalnym 100g **(7)**galaretka owocowa 200gWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Ryba parowana 110g **(1,4)** Ziemniaki z koperkiem 200g Sałata z jogurtem naturalnym 150g **(7)**galaretka owocowa 200gWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Ryba parowana 110g **(1,4)** Ziemniaki z koperkiem 200g Sałata z jogurtem naturalnym 150g **(7)**Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Ryba panierowana 110g **(1,4)** Ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kapusty kiszonej i marchewki 100g75 g **(7)**Sałata z jogurtem naturalnym 75g **(7)**Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pomidorowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 350ml **(1,9)**Ryba parowana 110g **(1,4)** Ziemniaki z koperkiem 200g Sałata z jogurtem naturalnym 150g **(7)**Woda niegazowana w butelce 500ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | galaretka owocowa 200g | galaretka owocowa b/c 200g | **14:** mus owocowy 100g | Galaretka owocowa 200g |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta jajeczna 80g **(3)**serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**ogórek zielony 60gHerbata 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z białek jaj i szynki 80g **(7)**serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**brokuł 60gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z białek jaj i szynki 80g **(7)**serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**brokuł 60gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z białek jaj i szynki 80g **(7)**serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**brokuł 60gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta jajeczna 80g **(3)**serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**ogórek zielony 60gHerbata 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)**pasta z białek jaj i szynki 80g **(7)**serek ziołowy, do smarowania 40g **(7)**brokuł 60gHerbata 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 30.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)**Szynka krucha 80gserek grani 40g **(7)**papryka kolorowa 60gmasło 15g **(7)**bułka paryska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt owocowy 100ml **(7)**Szynka krucha 80gserek grani 40g **(7)**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 krucha 80gserek grani 40g **(7)**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 krucha 80gserek grani 40g **(7)**jabłko pieczone 1 szt.masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata 250ml | Szynka krucha 80gserek grani 40g **(7)**papryka kolorowa 60gmasło 15g **(7)**chleb graham 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Zupa ziemniaczana + masło 15g **(1,7)**Herbata 250ml | Jogurt owocowy 100ml **(7)**Szynka krucha 80gserek grani 40g **(7)**jabłko pieczone 1 szt.masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II****ŚNIADANIE** | **-** | - | - | Maślanka owocowa 150g **(7)** | Maślanka naturalna 150g **(7)** | Maślanka owocowa 150g **(7)** | Maślanka owocowa 150g **(7)** |
| **OBIAD** | Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**Kotlet mielony 110g **(1,3)**Ziemniaki z koperkiem 200g Mizeria z jogurtem greckim 100g **(7)**Ciasto jogurtowe 100g **(1,3,7)**Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**Pulpet drobiowy, parowany 110g **(1,3)**Ziemniaki z koperkiem 200g Brokuł na parze 100g Ciasto jogurtowe 100g **(1,3,7)**Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**Pulpet drobiowy, parowany 110g **(1,3)**Ziemniaki z koperkiem 200g Brokuł na parze 100gCiasto jogurtowe 100g **(1,3,7)** Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**Pulpet drobiowy, parowany 110g **(1,3)**Ziemniaki z koperkiem 200g Brokuł na parze 150gCiasto jogurtowe 100g **(1,3,7)**Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**Kotlet mielony, parowany 110g **(1,3)**Ziemniaki z koperkiem 200g Mizeria z jogurtem greckim 75g **(7)**Ciasto jogurtowe 100g **(1,3,7)**Brokuł na parze 75gKompot wieloowocowy 250 ml | Zupa dyniowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**kompot wieloowocowy 250ml | Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym i natką pietruszki 350ml **(1,7,9)**Pulpet drobiowy, parowany 110g **(1,3)**Ziemniaki z koperkiem 200g Brokuł na parze 150gCiasto jogurtowe 100g **(1,3,7)**Kompot wieloowocowy 250 ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Kisiel owocowy 200ml | Mandarynka 100g. | 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 30gHerbata 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty, pomidora b/s z jogurtem naturalnym 100g **(7)**polędwica luksusowa 30gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty, pomidora b/s z jogurtem naturalnym 100g **(7)**polędwica luksusowa 30gHerbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty, pomidora b/s z jogurtem naturalnym 100g **(7)**polędwica luksusowa 30gHerbata 250ml | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka a’la gyros z kapusty pekińskiej, kukurydzy i świeżych warzyw z majonezem 100g **(3)**ogonówka 30gHerbata b/c 250 ml  | Zupa jarzynowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**Herbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty, pomidora b/s z jogurtem naturalnym 100g **(7)**polędwica luksusowa 30gHerbata 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 31.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | Kakao na mleku 250ml  **(7)**Biała kiełbasa 100gChrzan 10gJajko gotowane 60g **(3)**Babka piaskowa 100g **(1,3,7)**Pomidor 60gmasło 15g **(7)**bułka paryska 90g **(1)** | Kakao na mleku 250ml  **(7)**Szynka wiejska 80gPasta z białek jaj i sera białego 40 g **(3,7)**Mandarynka 100gPomidor b/s60gBabka piaskowa 100g **(1,3,7)**masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)** | Kakao na mleku 250ml  **(7)**Szynka wiejska 80gPasta z białek jaj i sera białego 40 g **(3,7)**Mandarynka 100gPomidor b/s60gBabka piaskowa 100g **(1,3,7)**masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)** | Kasza kukurydziana na bulionie warzywnym 250ml **(1)**Szynka wiejska 80gPasta z białek jaj i sera białego 40 g **(3,7)**Mandarynka 100gPomidor b/s60gBabka piaskowa 100g **(1,3,7)**masło 15g **(7)**bułka wrocławska 90g **(1)**Herbata 250ml | Kasza manna na bulionie warzywnym 350ml **(1)**Biała kiełbasa 100gChrzan 10gJajko gotowane 60g **(3)**Babka piaskowa 100g **(1,3,7)**Pomidor 60gBabka piaskowa 100g **(1,3,7)**masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata 250ml | Zacierkowa na wywarze warzywnym + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**Herbata 250ml | Kakao na mleku 250ml  **(7)**Szynka wiejska 80gPasta z białek jaj i sera białego 40 g **(3,7)**Mandarynka 100gPomidor b/s60gBabka piaskowa 100g **(1,3,7)**masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)** |
| **II****ŚNIADANIE** | **-** | - | - | Jabłko pieczone 1szt. | Galaretka owocowa 200g | Jabłko pieczone 1szt. | Galaretka owocowa 200g |
| **OBIAD** | Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(3,7,9)**Karczek pieczony w sosie 100g/50ml **(1,9)**Kluski śląskie 200g **(3)**ćwikła 100gbanan 1 szt.Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz biały z białkiem jajka i ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(3,7,9)**Bitka schabowa pieczony w sosie 100g/50ml **(1,9)**Kluski śląskie 200g **(3)**Buraczki na ciepło 100gBanan 1 szt.Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz biały z białkiem jajka i ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(3,7,9)**Bitka schabowa pieczony w sosie 100g/50ml **(1,9)**Kluski śląskie 200g **(3)**Buraczki na ciepło 100gBanan 1 szt.Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz biały z białkiem jajka i ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(3,7,9)**Bitka schabowa pieczony w sosie 100g/50ml **(1,9)**Kluski śląskie 200g **(3)**Buraczki na ciepło 150g **(7)**Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(7,9)**Karczek pieczony w sosie 100g/50ml **(1,9)**Kluski śląskie 200g **(3)**Buraczki na ciepło 75gMix sałat z sosem vinegrette 75g **(8)**banan 1 szt.Kompot wieloowocowy 250 ml | Barszcz biały z ziemniakami + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**Woda niegazowana w butelce 500ml | Barszcz biały z białkiem jajka i ziemniakami z natką pietruszki 350ml **(3,7,9)**Bitka schabowa pieczony w sosie 100g/50ml **(1,9)**Kluski śląskie 200g **(3)**Buraczki na ciepło 150gbanan 1 szt.Kompot wieloowocowy 250 ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Serek waniliowy 200g **(7)** | Pieczone jabłko 1 szt. | **14:** Serek waniliowy 200g **(7)** | Pieczone jabłko 1 szt. |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**galaretka drobiowa 100gbaleron luksusowy 50grzodkiewka 60gHerbata 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**galaretka drobiowa 100gpierś pieczona, w plasterki 50gsałata z jogurtem 60g **(7)**Herbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**galaretka drobiowa 100gpierś pieczona, w plasterki 50gsałata z jogurtem 60g **(7)**Herbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**galaretka drobiowa 100gpierś pieczona, w plasterki 50gsałata z jogurtem 60g **(7)**Herbata 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**galaretka drobiowa 100gpierś pieczona, w plasterki 50gsałata z jogurtem 60g **(7)**Herbata 250 ml  | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**galaretka drobiowa 100gpierś pieczona, w plasterki 50gsałata 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
PONIEDZIAŁEK 01.04.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | Kakao na mleku 250ml  **(7)**Szynka gotowana 80gSer żółty Gouda 40g **(7)**Papryka 60gmasło 15g **(7)**chleb pszenno-żytni 90g **(1)**serek waniliowy 200g **(7)**Herbata/ kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kakao na mleku 250ml  **(7)**Szynka gotowana 80gTwarożek z koperkiem 40g **(7)**kalafior 60g masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**serek waniliowy 200g **(7)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kakao na mleku 250ml  **(7)**Szynka gotowana 80gTwarożek z koperkiem 40g **(7)**kalafior 60g masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**serek waniliowy 200g **(7)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**Szynka gotowana 80gTwarożek z koperkiem 40g **(7)**kalafior 60g masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata 250ml | Kakao na mleku 250ml  **(7)**Szynka gotowana 80gSer żółty Gouda 40g **(7)**Papryka 60g masło 15g **(7)**chleb pszenno-żytni 90g **(1)**chleb graham 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Krupnik na wywarze warzywnym + masło 15g 500ml **(1,7),** Herbata 250ml | Kakao na mleku 250ml  **(7)**Szynka gotowana 80gTwarożek z koperkiem 40g **(7)**kalafior 60g masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II****ŚNIADANIE** | **-** | - | - | serek waniliowy 200g **(7)** | serek naturalny 200g **(7)** | serek waniliowy 200g **(7)** | serek waniliowy 200g **(7)** |
| **OBIAD** | Rosół z makaronem z natką pietruszki350ml **(1,3,7,9)**Udko drobiowe, pieczone 1 szt.Ziemniaki z koperkiem 200gSałatka z pomidora i cebulki z oliwą 100gMandarynki 100gKeks 100g **(1,3,7)**Kompot wieloowocowy 250 ml | Rosół jarski z makaronem z natką pietruszki350ml **(1,3,7,9)**Udko drobiowe, gotowane 1 szt.Ziemniaki z koperkiem 200gSałatka z pomidora b/s z jogurtem 100g **(7)**Mandarynki 100gKeks 100g **(1,3,7)**Kompot wieloowocowy 250 ml | Rosół jarski z makaronem z natką pietruszki350ml **(1,3,7,9)**Udko drobiowe, gotowane 1 szt.Ziemniaki z koperkiem 200gSałatka z pomidora b/s z jogurtem 100g **(7)**Mandarynki 100gKeks 100g **(1,3,7)**Kompot wieloowocowy 250 ml | Rosół jarski z makaronem z natką pietruszki350ml **(1,3,7,9)**Udko drobiowe, gotowane 1 szt.Ziemniaki z koperkiem 200gSzpinak na ciepło 150gMandarynki 100gKeks 100g **(1,3,7)**Kompot wieloowocowy 250 ml | Rosół z makaronem z natką pietruszki350ml **(1,3,7,9)**Udko drobiowe, pieczone 1 szt.Ziemniaki z koperkiem 200gSurówka z selera i jabłka z jogurtem 75g **(7,9)**Sałatka z pomidora i cebulki z oliwą 75gMandarynki 100gKeks 100g **(1,3,7)**Kompot wieloowocowy b/c 250 ml | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,9)** kompot wieloowocowy 250ml | Rosół z makaronem z natką pietruszki350ml **(1,3,7,9)**Udko drobiowe, gotowane 1 szt.Ziemniaki z koperkiem 200gSałatka z pomidora b/s z jogurtem 150g **(7)**Mandarynki 100gKeks 100g **(1,3,7)**Kompot wieloowocowy 250 ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Jabłko pieczone 1 szt. | Banan 1 szt. | **14:** mus bananowy 150g | Jabłko pieczone 1 szt. |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka jarzynowa z majonezem 120g **(3,7,9)**kabanosy 40gmix sałat z rukolą 30gherbata 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym 120g **(3,7,9)**szynka delikatesowa 40gmix sałat z rukolą 30gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym 120g **(3,7,9)**szynka delikatesowa 40gmix sałat z rukolą 30gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym 120g **(3,7,9)**szynka delikatedowa 40gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka jarzynowa z majonezem 120g **(3,7,9)**szynka delikatesowa 40gmix sałat z rukolą 30gHerbata b/c 250 ml  | Krupnik + masło 15g 500ml **(1,3)** Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym 120g **(3,7,9)**szynka delikatesowa 40gmix sałat z rukolą 30gHerbata 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 02.04.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | Jogurt owocowy 100 ml **(7)**Ser biały w kostce 80g **(7)**kiełbasa krakowska 40gpapryka 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt owocowy 100 ml **(7)**Ser biały w kostce 80g **(7)**kiełbasa krakowska, drobiowa 40gjabłko pieczone 1szt.masło 15g **(7)**bułka wrocławska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100 ml **(7)**Ser biały w kostce 80g **(7)**kiełbasa krakowska, drobiowa 40gjabłko pieczone 1szt.masło 15g **(7)**bułka wrocławska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt owocowy 100 ml **(7)**Ser biały w kostce 80g **(7)**kiełbasa krakowska, drobiowa 40gjabłko pieczone 1szt.masło 15g **(7)**bułka wrocławska 90g **(1)**Herbata 250ml | Ser biały w kostce 80g **(7)**kiełbasa krakowska 40gpapryka 60gmasło 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 | Jogurt owocowy 100 ml **(7)**Ser biały w kostce 80g **(7)**kiełbasa krakowska, drobiowa 40gjabłko pieczone 1szt.bułka wrocławska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II****ŚNIADANIE** | - | - | - | Maślanka naturalna 150ml **(7)** | Maślanka naturalna 150ml **(7)** | Maślanka naturalna 150ml **(7)** | Maślanka naturalna 150ml **(7)** |
| **OBIAD** | Zupa grochowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(9)**Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**Ryż biały 200gSurówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g grejfrut 100gWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(9)**Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**Ryż biały 200gBrokuł na parze 100gMus owocowy 150mlWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(9)**Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**Ryż biały 200gBrokuł na parze 100g **(7)**Mus owocowy 150mlWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(9)**Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**Ryż biały 200gBrokuł na parze 150g **(7)**Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa grochowa z ziemniakami i natką pietruszki 350ml **(9)**Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**Ryż brązowy 200gBrokuł na parze 75g Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 75 g Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml **(9)**Potrawka z kurczaka 180g **(1,9)**Ryż biały 200gSurówka z pomidorów i jogurtu 150g **(7)**Brokuł na parze 150gWoda niegazowana w butelce 500ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Mus owocowy 150ml | grejfrut 100g | **14:** Mus owocowy 150ml | Mus owocowy 150ml |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**Parówki drobiowe na ciepło 120gKetchup 10gmarchewka mini 60gHerbata 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Parówki drobiowe na ciepło 120gKetchup 10gmarchewka mini 60g Herbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Parówki drobiowe na ciepło 120gKetchup 10gmarchewka mini 60g Herbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Pasta mięsna 120gmarchewka mini 60g Herbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**Parówki drobiowe na ciepło 120gKetchup 10gmarchewka 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 120gKetchup 10gmarchewka 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
ŚRODA 03.04.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 owsiane na mleku 250ml **(7)**pasta mięsna 80g **(9)**miód 25gsałata 15gmasło 15g **(7)**bułka weka 60g **(1)**rogalik maślany 30g **(1,7)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(7)**pasta mięsna 80g **(9)**miód 25gsałata 15gmasło 15g **(7)**bułka weka 60g **(1)**rogalik maślany 30g **(1,7)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Płatki owsiane na mleku 250ml **(7)**pasta mięsna 80g **(9)**miód 25gsałata 15gmasło 15g **(7)**bułka weka 60g **(1)**rogalik maślany 30g **(1,7)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnympasta mięsna 80g **(9)**miód 25gsałata 15gmasło 15g **(7)**bułka weka 60g **(1)**rogalik maślany 30g **(1,7)**Herbata 250ml | pasta mięsna 60g **(9)**jajko 1szt.sałata 15gmasło 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)**pasta mięsna 80g **(9)**miód 25gsałata 15gmasło 15g **(7)**bułka weka 60g **(1)**rogalik maślany 30g **(1,7)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II****ŚNIADANIE** | **-** | - | - | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** | Sok pomidorowy 200ml | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** | Budyń waniliowy b/c 200g **(7)** |
| **OBIAD** | Zupa szczawiowa z ryżem i koperkiem 350ml **(1,9)**Pulpety z indyka w sosie jasnym 100g/50ml **(1,3,7,9)**Kopytka 200g **(1,3)**Marchewka z groszkiem 100g **(1,7)**Pomarańcza 1szt.Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa koperkowa z ryżem i z koperkiem 350ml **(1,7,9)**Pulpety z indyka w sosie jasnym 100g/50ml **(1,3,7,9)**Kopytka 200g **(1,3)**Marchewka oprószona 100g **(1)**Kisiel owocowy 200g.Kompot wieloowocowy 250 ml  | Zupa koperkowa z ryżem i z koperkiem 350ml **(1,7,9)**Pulpety z indyka w sosie jasnym 100g/50ml **(1,3,7,9)**Kopytka 200g **(1,3)**Marchewka oprószona 100g **(1)**Kisiel owocowy 200g.Kompot wieloowocowy 250 ml  | Zupa koperkowa z ryżem i z koperkiem 350ml **(1,7,9)**Pulpety z indyka w sosie jasnym 100g/50ml **(1,3,7,9)**Kopytka 200g **(1,3)**Marchewka oprószona 150g **(1)**Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa szczawiowa z ryżem i koperkiem 350ml **(1,9)**Pulpety z indyka w sosie jasnym 100g/50ml **(1,3,7,9)**Kopytka 200g **(1,3)**Marchewka z groszkiem 75g **(1,7)**Colesław 75gKompot wieloowocowy 250 ml  | Zupa koperkowa+ ziemniaki + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**kompot wieloowocowy 250ml | Zupa koperkowa z ryżem i z koperkiem 350ml **(1,7,9)**Pulpety z indyka w sosie jasnym 100g/50ml **(1,3,7,9)**Kopytka 200g **(1,3)**Marchewka oprószona 150g **(1)**Kompot wieloowocowy 250 ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Kisiel owocowy 200g. | Pomarańcza 1szt. | **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 30gpomidor 60gHerbata 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**ser mozzarella, light 80g **(7)**szynka gotowana 40gpomidor b/s 60gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**ser mozzarella, light 80g **(7)**szynka gotowana 40gpomidor b/s 60gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**ser mozzarella, light 80g **(7)**szynka gotowana 40gpomidor b/s 60gHerbata 250 ml | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**sałatka grecka z serem feta, rukolą, czerwoną cebulką i oliwkami 100g **(7)**szynka gotowana 30gpomidor 60gHerbata b/c 250 ml  | Zupa koperkowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**ser mozzarella, light 80g **(7)**szynka gotowana 40gpomidor b/s 60gHerbata 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 04.04.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 100 ml **(7)**Tuńczyk w pomidorach 80g **(4)**kiełbasa szynkowa 40gpapryka konserwowa 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata/ kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Jogurt naturalny 100 ml **(7)**pasta z tuńczyka 80g **(4)**kiełbasa szynkowa 40gbrokuł na parze 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100 ml **(7)**pasta z tuńczyka 80g **(4)**kiełbasa szynkowa 40gbrokuł na parze 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Jogurt naturalny 100 ml **(7)**pasta z tuńczyka 80g **(4)**kiełbasa szynkowa 40gbrokuł na parze 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata 250ml | Tuńczyk w pomidorach 80g **(4)**kiełbasa szynkowa 40gbrokuł na parze 60gmasło 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 | Jogurt naturalny 100 ml **(7)**pasta z tuńczyka 80g **(4)**kiełbasa szynkowa 40gbrokuł na parze 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II****ŚNIADANIE** | **-** | - | - | Kefir 150ml **(7)** | Kefir 150ml **(7)** | Serek naturalny 100g **(7)** | Kefir 150ml **(7)** |
| **OBIAD** | Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Bigos z kiełbasą śląską 350gZiemniaki z koperkiem 200gJabłko pieczone 1 szt.gruszka 1 szt.Woda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Filet z kurczaka w sosie śmietanowym 180gZiemniaki z koperkiem 200gSurówka z pomidora b/s z jogurtem naturalnym 100g **(7)**Banan 100gWoda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Filet z kurczaka w sosie śmietanowym 180gZiemniaki z koperkiem 200gSurówka z pomidora b/s z jogurtem naturalnym 100g **(7)**Banan 100gWoda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Filet z kurczaka w sosie śmietanowym 180gZiemniaki z koperkiem 200gSurówka z pomidora b/s z jogurtem naturalnym 150g **(7)**Woda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Bigos z kiełbasą śląską 350gZiemniaki z koperkiem 200gJabłko pieczone 1 szt.Woda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik jęczmienny + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**Woda niegazowana w butelce 500ml | Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Filet z kurczaka w sosie śmietanowym 180gZiemniaki z koperkiem 200gSurówka z pomidora b/s z jogurtem naturalnym 150g **(7)**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)**polędwica miodowa 80g serek typu grani 40g **(7)**rzodkiewka czerwona 60gHerbata 250 ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**polędwica miodowa 80g serek typu grani 40g **(7)**Sałata z jogurtem 60g **(7)**Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**polędwica miodowa 80g serek typu grani 40g **(7)**Sałata z jogurtem 60g **(7)**Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**polędwica miodowa 80g serek typu grani 40g **(7)**Sałata z jogurtem 60g **(7)**Herbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**polędwica miodowa 80g serek typu grani 40g **(7)**rzodkiewka czerwona 60g **(7)**Herbata b/c 250 ml | Rosół + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**polędwica miodowa 80g serek typu 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
PIĄTEK 05.04.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**Parówki drobiowe na ciepło 120gKetchup 10gMarchewka mini 60gmasło 15g **(7)**bułka wrocławska 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**Parówki drobiowe na ciepło 120gKetchup 10gMarchewka mini 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**Parówki drobiowe na ciepło 120gKetchup 10gMarchewka mini 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**Pasta mięsna 120g **(9)**Marchewka mini 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata 250ml | Parówki drobiowe na ciepło 120gKetchup 10gMarchewka mini 60gmasło 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 | Kasza manna na mleku 250ml **(1,7)**Parówki drobiowe na ciepło 120gKetchup 10gMarchewka mini 60gmasło 15g **(7)**chleb graham 90g **(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** | Zupa gulaszowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Naleśniki z serem 350g **(1,3,7)**Jogurt owocowy 100g **(7)**Surówka z selera i brzoskwini 75gKiwi 100gKompot wieloowocowy 250 ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Naleśniki z serem 350g **(1,3,7)**Jogurt owocowy 100g **(7)**Jabłko pieczone 1 szt.galaretka owocowa 200gKompot wieloowocowy 250 ml  | Zupa jarzynowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Naleśniki z serem 350g **(1,3,7)**Jogurt owocowy 100g **(7)**Jabłko pieczone 1 szt.galaretka owocowa 200gKompot wieloowocowy 250 ml  | Zupa jarzynowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Naleśniki z serem 350g **(1,3,7)**Jogurt owocowy 100g **(7)**Jabłko pieczone 1 szt.Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Naleśniki z serem 350g **(1,3,7)**Jogurt owocowy 100g **(7)**Surówka z selera i brzoskwini 75gJabłko pieczone 1szt.Kompot wieloowocowy 250 ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami na śmietanie + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**kompot wieloowocowy 250ml | Zupa jarzynowa z ziemniakami i z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Naleśniki z serem 350g **(1,3,7)**Jogurt owocowy 100g **(7)**Jabłko pieczone 1 szt.Kompot wieloowocowy 250 ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | galaretka owocowa 200g | Kiwi 100g | **14:** Kisiel owocowy 150g | galaretka owocowa 200g |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta jajeczna 80g **(3)**rolada drobiowa 40gpomidor 60gHerbata 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z białek jaj i sera białego białego 80g **(3)**rolada drobiowa 40gpomidor b/s 60gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z białek jaj i sera białego białego 80g **(3)**rolada drobiowa 40gpomidor b/s 60gHerbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z białek jaj i sera białego białego 80g **(3)**rolada drobiowa 40gpomidor b/s 60gHerbata 250ml | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta jajeczna 80g **(3)**rolada drobiowa 40gpomidor 60gHerbata b/c 250 ml  | Marchwianka z ziemniakami+ żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**pasta z białek jaj i sera białego białego 80g **(3)**rolada drobiowa 40gpomidor b/s 60gHerbata 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 06.04.2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)**twaróg z suszonymi pomidorami 80g **(7)**szynka pieczona 40gpapryka 60gmasło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** | Płatki jęczmienne na mleku 250ml **(1,7)**twaróg z koperkiem 80g **(7)**szynka pieczona 40gsałata z jogurtem 60g **(7)**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 40gsałata z jogurtem 60g **(7)**masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250m**l (1,7)** | Kasza manna na bulionie warzywnym 250ml **(1)**twaróg z koperkiem 80g **(7)**szynka pieczona 40gsałata z jogurtem 60g **(7)**masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata 250ml | twaróg z suszonymi pomidorami 80g **(7)**szynka pieczona 40gpapryka 60gmasło 15g **(7)**chleb graham 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku b/c 250m**l (1,7)** | Zupa grysikowa na bulionie warzywnym + masło 15g + miód 500ml **(1,7),** ser biały 100g **(7)**Herbata 250ml | Płatki jęczmienne na mleku 250ml **(1,7)**twaróg z koperkiem 80g **(7)**szynka pieczona 40gsałata z jogurtem 60g **(7)**masło 15g **(7)**bułka weka 90g **(1)**Herbata / kawa zbożowa na mleku 250ml **(1,7)** |
| **II****ŚNIADANIE** | - | - | - | banan 1 szt. | pomarańcz 100g | Serek naturalny 100g **(7)** | banan 1 szt. |
| **OBIAD** | Zupa ryżowa z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Siekany kotlet drobiowy w sosie tymiankowym 100g/50mlZiemniaki z koperkiem 200gSurówka z kalarepy i cukinii 100g pomarańcz 100gWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ryżowa z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Siekany kotlet drobiowy w sosie tymiankowym 100g/50mlZiemniaki z koperkiem 200gSzpinak na ciepło 100gbanan 1 szt.Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ryżowa z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Siekany kotlet drobiowy w sosie tymiankowym 100g/50mlZiemniaki z koperkiem 200gSzpinak na ciepło 100gbanan 1 szt.Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ryżowa z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Siekany kotlet drobiowy w sosie tymiankowym 100g/50mlZiemniaki z koperkiem 200gSzpinak na ciepło 150gWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ryżowa z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Siekany kotlet drobiowy w sosie tymiankowym 100g/50mlZiemniaki z koperkiem 200gSurówka z kalarepy i cukinii 75g Szpinak na ciepło 75gWoda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ryżowa + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(1,3,7,9)**Woda niegazowana w butelce 500ml | Zupa ryżowa z natką pietruszki 350ml **(1,9)**Siekany kotlet drobiowy w sosie tymiankowym 100g/50mlZiemniaki z koperkiem 200gSzpinak na ciepło 150gWoda niegazowana w butelce 500ml |
| **PODWIECZOREK** | **-** | - | - | Serek waniliowy 200g **(7)** | Serek naturalny 200g **(7)** | **14:** mus bananowy 100g | Serek waniliowy 200g **(7)** |
| **KOLACJA** | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**Pasta z tuńczyka 60gSerek fromage 40g **(7)**ogórek 60gHerbata 250 ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Pasta z tuńczyka 60gSerek fromage 40g **(7)**Marchewka mini 60gmasło 15g **(7)**chleb graham 90g **(1)**Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Pasta z tuńczyka 60gSerek fromage 40g **(7)**Marchewka mini 60gHerbata 250ml  | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Pasta z tuńczyka 60gSerek fromage 40g **(7)**Marchewka mini 60gHerbata 250 ml  | Chleb graham 90g **(1)**masło 15g **(7)**Pasta z tuńczyka 60gSerek fromage 40g **(7)**ogórek 60gHerbata b/c 250 ml  | Zupa marchwianka + żółtko + mięso z kurczaka gotowane 500ml **(3,9)**Herbata 250ml | Bułka weka 90g **(1)**masło 15g **(7)**Pasta z tuńczyka 60gSerek fromage 40g **(7)**Marchewka mini 60gHerbata 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***