

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-11</b>		
<b>Dieta: MURCKI PODST</b>		
Pieczycwo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), serek fromage 70g ( <b>MLEKO</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), ogórek zielony 50g, Cukier 10g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ),	zupa brokułowa z kaszą jęczmienną 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEN</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, Buraki gotowane tarte 150g, Kotlet schabowy 100g ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Humus z soczewicy 50g, Cukier 5g, papryka czerwona 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ),
<b>środa 2024-12-11</b>		
<b>Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczycwo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta twarogowa z koperkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), sałata liść 5g, Cukier 10g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ),	zupa brokułowa z kaszą jęczmienną 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEN</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, Buraki gotowane tarte 150g, Schab duszony w ziołach 100g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ),
<b>środa 2024-12-11</b>		
<b>Dieta: MURCKI CUKRZYCA</b>		
Pieczycwo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), serek fromage 70g ( <b>MLEKO</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), ogórek zielony 50g, Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),	zupa brokułowa z kaszą jęczmienną 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEN</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Brukselka z bułką tartą 150g ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, ŚMIETANKA</b> ), Kotlet schabowy 100g ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Humus z soczewicy 50g, papryka czerwona 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> ),
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: MURCKI PODST</b>		
Pieczycwo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), pasztet drobiowy 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), pomidor 50g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 10g,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Cukier 10g, Gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym 2 szt. ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta śledziowa z jajkiem 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. ŁASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Cukier 15g, rzodkiewka 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Deser ryżowy 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ),
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczycwo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), pomidor 50g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 10g,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, pierś z kurczaka saute 100g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Brokuły na parze 150g, sos koperkowy 100ml ( <b>PSZENICA, SELER</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, sałata liść 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Deser ryżowy 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ),
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: MURCKI CUKRZYCA</b>		
Pieczycwo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), pasztet drobiowy 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), pomidor 100g, Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),	zupa pomidorowa z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym 2 szt. ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta śledziowa z jajkiem 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. ŁASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM</b> ), rzodkiewka 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Deser ryżowy naturalny 1 szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, ORZECHY AR, SOJA, SEZAM</b> ),

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: MURCKI PODST</b>		
Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), bułka kajzerka 80g ( <b>PSZENICA</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Jogurt owocowy Mlepol 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 10g,	zupa kapuśniak 400ml ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ</b> ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, Fasolka szparagowa 150g ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO</b> ), Kotlec z jaj 100g ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO</b> ), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 5g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Drożdźówka z budyniem 1 szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO</b> ),
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), bułka kajzerka 80g ( <b>PSZENICA</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), sałata liść 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Jogurt owocowy Mlepol 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 10g,	zupa koperkowa z ziemniakami 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, ryba gotowana 100g ( <b>PSZENICA, SELER, RYBY</b> ), Mix warzyw gotowanych z bazylią i tymiankiem 150g ( <b>SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), ziemniaki 250g, sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Drożdźówka z budyniem 1 szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO</b> ),
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: MURCKI CUKRZYCA</b>		
pieczywo mieszane 80g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Bułka grahamka 80g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),	zupa kapuśniak 400ml ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ</b> ), Kotlec z jaj 100g ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO</b> ), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),
<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Dieta: MURCKI PODST</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), indyk w galarecie 50g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Cukier 10g, Jogurt owocowy Mlepol 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), papryka czerwona 50g,	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, Leczo 250g ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ</b> ), ryż 200g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Cukier 5g, ogórek zielony 50g, <b>Posiłek nocny:</b> owoc sezonowy 150g,
<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Cukier 10g, Jogurt owocowy Mlepol 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g,	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, Bukiet jarzyn na parze 150g ( <b>SELER, ŚMIETANKA</b> ), potrawka z kurczaka 80g/80ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), ryż 200g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 30g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, pasta z białek 50g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ), sałata liść 5g, <b>Posiłek nocny:</b> owoc sezonowy 150g,
<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Dieta: MURCKI CUKRZYCA</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), indyk w galarecie 50g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), papryka czerwona 50g, Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, ryż brązowy 200g, Leczo 250g ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ogórek zielony 50g, wędlina 30g, <b>Posiłek nocny:</b> owoc sezonowy 150g,

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-12-15</b>		
<b>Dieta: MURCKI PODST</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), pomidor 50g, Cukier 10g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ),	zupa rosół z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, udko pieczone 1sz(250g) ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), Kapusta czerwona 150g ( <b>PSZENICA, SELER</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), pasztecik drobiowy 50g, Cukier 5g, papryka czerwona 50g, <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 150g,
<b>niedziela 2024-12-15</b>		
<b>Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Cukier 10g, pomidor 50g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ),	zupa rosół z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, Udko gotowane 1 szt (250g), marchew DUO 150g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, sałata liść 5g, <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 150g,
<b>niedziela 2024-12-15</b>		
<b>Dieta: MURCKI CUKRZYCA</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), pomidor 50g, Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),	zupa rosół z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, udko pieczone 1sz(250g) ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), Kapusta czerwona 150g ( <b>PSZENICA, SELER</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), papryka czerwona 50g, <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 150g,
<b>poniedziałek 2024-12-16</b>		
<b>Dieta: MURCKI PODST</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina wieprzowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, PISTACJE</b> ), Kawa zbożowa z mlekem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Cukier 10g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), rzodkiewka 50g,	zupa jarzynowa 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, ziemniaki 250g, Surówka colesław 150g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM</b> ), medalion wp duszony z papryką 100g ( <b>JAJA, PSZENICA</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 5g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> sok grejfrutowy 1szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>poniedziałek 2024-12-16</b>		
<b>Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina wieprzowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, PISTACJE</b> ), Kawa zbożowa z mlekem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Cukier 10g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), sałata liść 5g,	zupa jarzynowa 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, szpinak liściasty 150g, ziemniaki 250g, Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g/80ml ( <b>SELER</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> sok grejfrutowy 1szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>poniedziałek 2024-12-16</b>		
<b>Dieta: MURCKI CUKRZYCA</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina wieprzowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, PISTACJE</b> ), Kawa zbożowa z mlekem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), rzodkiewka 50g, Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),	zupa jarzynowa 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, ziemniaki 250g, Surówka colesław 150g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM</b> ), medalion wp duszony z papryką 100g ( <b>JAJA, PSZENICA</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK GREJFRUTOWY 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ),

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: MURCKI PODST</b>		
Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Rogal maślany 1szt. (80g) ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, stek z indyka 100g ( <b>SELER</b> ), zupa szpinakowa z ryżem 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), Surówka z marchewki i selera 150g ( <b>SELER</b> ), sos pieczarkowy 100ml ( <b>PSZENICA, SELER</b> ), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, ogórek kiszony 50g, <b>Posiłek nocny:</b> owoc sezonowy 150g,
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Rogal maślany 1szt. (80g) ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, potrawka z indyka 80g/80ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), zupa szpinakowa z ryżem 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), ziemniaki 250g, marchew DUO 150g ( <b>ŚMIETANKA</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, sałata liść 5g, <b>Posiłek nocny:</b> owoc sezonowy 150g,
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: MURCKI CUKRZYCA</b>		
pieczywo mieszane 80g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Bułka grahamka 80g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),	kompot 250ml Z gorzki, potrawka z indyka 80g/80ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), zupa szpinakowa z ryżem 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), Surówka z marchewki i selera 150g ( <b>SELER</b> ), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ), ogórek kiszony 50g, <b>Posiłek nocny:</b> owoc sezonowy 150g,
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: MURCKI PODST</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Jajko gotowane 1 szt. ( <b>JAJA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Cukier 10g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), rzodkiewka 50g,	zupa cebulowa 400ml ( <b>MLEKO, ŚMIETANKA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g ( <b>MLEKO, ŚMIETANKA</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 5g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> sok grejfrutowy 1szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), pasta z białek 50g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Cukier 10g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), sałata liść 5g,	zupa ziemniaczana 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g ( <b>MLEKO, ŚMIETANKA</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> sok grejfrutowy 1szt ( <b>MLEKO</b> ),
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: MURCKI CUKRZYCA</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Jajko gotowane 1 szt. ( <b>JAJA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), rzodkiewka 50g, Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),	zupa cebulowa 400ml ( <b>MLEKO, ŚMIETANKA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, rissotto z mięsem drob i warzywami z sosem pomidorowym 350g ( <b>SELER</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK GREJFRUTOWY 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ),
<b>czwartek 2024-12-19</b>		
<b>Dieta: MURCKI PODST</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), pasztet drobiowy 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), pomidor 50g, Jogurt owocowy Mlekpól 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, zupa krupnik z kaszą jaglana 400ml ( <b>SELER, SOJA</b> ), Bigos 250g ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ</b> ), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta z ciecierzycy z pietruszką zieloną 50g ( <b>SELER, SOJA, GORCZYCA, OWIES</b> ), Cukier 15g, rzodkiewka 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Deser ryżowy 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ),

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), pomidor 50g, Jogurt owocowy Mlekpol 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, zupa krupnik z kaszą jaglana 400ml ( <b>SELER, SOJA</b> ), ziemniaki 250g, Szynka wieprzowa w sosie własnym 100g, Brokuły na parze 150g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, sałata liść 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Deser ryżowy 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ),
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: MURCKI CUKRZYCA</b>		
Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), pasztet drobiowy 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), pomidor 50g, Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),	kompot 250ml Z gorzki, zupa krupnik z kaszą jaglana 400ml ( <b>SELER, SOJA</b> ), ziemniaki 250g, Szynka wieprzowa w sosie własnym 100g, Brokuły na parze 150g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta z ciecierzycy z pietruszką zieloną 50g ( <b>SELER, SOJA, GORCZYCA, OWIES</b> ), rzodkiewka 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Deser ryżowy naturalny 1 szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, ORZECHY AR, SOJA, SEZAM</b> ),
<b>piątek 2024-12-20</b> <b>Dieta: MURCKI PODST</b>		
Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), bułka kajzerka 80g ( <b>PSZENICA</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Jogurt owocowy Mlekpol 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 10g,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, surówka z kapusty kiszzonej 150g, ryba smażona 100g ( <b>JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO</b> ), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA</b> ), Cukier 5g, ogórek kiszony 50g, <b>Posiłek nocny:</b> MUS OWOCOWO-TWAROGOWY kubek 1 szt ( <b>GLUTEN</b> ),
<b>piątek 2024-12-20</b> <b>Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), bułka kajzerka 80g ( <b>PSZENICA</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), sałata liść 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Jogurt owocowy Mlekpol 1 szt. ( <b>MLEKO</b> ), Cukier 10g,	zupa makaronowa 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA</b> ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, ryba gotowana 100g ( <b>PSZENICA, SELER, RYBY</b> ), warzywa na parze 150g (paski) ( <b>SELER</b> ), ziemniaki 250g, sos z tymiankiem 80ml ( <b>PSZENICA, SELER</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Cukier 5g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> MUS OWOCOWO-TWAROGOWY kubek 1 szt ( <b>GLUTEN</b> ),
<b>piątek 2024-12-20</b> <b>Dieta: MURCKI CUKRZYCA</b>		
pieczywo mieszane 80g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), Bułka grahamka 80g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Jogurt naturalny 1 szt.(150g) ( <b>MLEKO</b> ),	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA</b> ), ryba smażona 100g ( <b>JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO</b> ), surówka z kapusty kiszzonej 150g, ziemniaki 250g, sos z tymiankiem 80ml ( <b>PSZENICA, SELER</b> ),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA</b> ), ogórek kiszony 50g, <b>Posiłek nocny:</b> MUS OWOCOWO-TWAROGOWY kubek 1 szt ( <b>GLUTEN</b> ),

Dietetyk

.....