

wrzesień

POSIŁKI STANDARDOWE

pon., 30.09.2024

ŚNIADANIE	pierś gotowana z indyka (mleko)
	pomidor
	masło extra (mleko)
	chleb pszenno-żytni (gluten)
	kakao z mlekiem (mleko)

ZUPA	zupa meksykańska z mięsem mielonym, kukurydzą i papryką (seler)
------	---

OBIAD	ser biały kruszony (mleko)
	makaron świderki z masłem (gluten, mleko)
	kompot owocowy

PODWIECZOREK	drożdżówka z jabłkami (gluten, mleko, jaja)
--------------	---

RODZAJ DIETY

FULMANA DIETA 1	FULMANA DIETA 2	FULMANA KORNEL	FULMANA DIETA 3
B. MLEKA, B. JAJKA, B. RYBY B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, cytrusy, pomidor (dozwolone: chleb żytni na zakwasie, chleb kukurydziany)	DIETA B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, banan	DIETA B. JAJKA, WOŁOWINY banan, jabłko, ananas, cytrusy, ryż, kukurydza, orzechy laskowe, orzechy ziemne	CUKRZYCA – DIETA Z NISKIM IG, B. CUKRU płatki na mleku, kakao z mlekiem, kawa zbożowa (śniadanie 1,5WW, zupa 0,5WW, II danie 1,5WW, podwieczorek 1,5-2WW)

wędlina drobiowa (bez MLEKA)	ŚNIADANIE WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	ŚNIADANIE WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	pierś gotowana z indyka (30g)	wędlina (bez MLEKA)
ogórek			pomidor (20g)	pomidor
wegańskie maselko			masło extra (4g)	wegańskie maselko
chleb bezglutenowy BG			chleb pszenno-żytni (30g) 1,5WW	chleb pszenno-żytni
-	kakao z mlekiem	kakao z mlekiem	-	-

zupa na bulionie WARZYWNYM, Z SOCZEWICĄ, bez POMIDORA	zupa na bulionie WARZYWNYM, Z SOCZEWICĄ	zupa, bez KUKURYDZY	zupa meksykańska 100ml (w tym 30g ZIEMNIAKÓW) 0,5WW	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH
---	---	---------------------	---	--------------------------------

sos serowo-kalafiorowy (ser żółty WEGAŃSKI)	OBIAD WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	OBIAD WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	ser biały (60g)	sos serowo-kalafiorowy (ser żółty WEGAŃSKI)
makaron świderki, bez MASŁA			makaron pełnoziarnisty (75g) 1,5WW z masłem	makaron świderki, bez MASŁA
kompot owocowy	kompot owocowy	-	-	-

muffinka z jabłkami, bez MLEKA, bez JAJKA	PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	muffinka, bez JAJKA, bez JABŁKA	kanapka [chleb pszenno-żytni (30g), ser żółty (15g), masło (4g), ogórek (15g)] 1,5WW	muffinka z jabłkami, bez MLEKA, bez JAJKA, bez CUKRU
---	--	---------------------------------	--	--

RODZAJ DIETY

RADOŚCI IGNACY
DIETA B. MLEKA, B. JAJKA B. CUKRU

wrzesień

POSIŁKI STANDARDOWE

RODZAJ DIETY

RODZAJ DIETY

FULMANA DIETA 1	FULMANA DIETA 2	FULMANA KORNEL	FULMANA DIETA 3	RADOŚCI IGNACY
B. MLEKA, B. JAJKA, B. RYBY B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, cytrusy, pomidor (dozwolone: chleb żytni na zakwasie, chleb kukurydziany)	DIETA B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, banan	DIETA B. JAJKA, WOŁOWINY banan, jabłko, ananas, cytrusy, ryż, kukurydza, orzechy laskowe, orzechy ziemne	CUKRZYCA – DIETA Z NISKIM IG, B. CUKRU płatki na mleku, kakao z mlekiem, kawa zbożowa (śniadanie 1,5WW, zupa 0,5WW, II danie 1,5WW, podwieczorek 1,5- 2WW)	DIETA B. MLEKA, B. JAJKA B. CUKRU

wt., 1.10.2024

wt., 1.10.2024		ŚNIADANIE WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH				ŚNIADANIE WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	
ŚNIADANIE	zielony hummus	zielony hummus	zielony hummus	zielony hummus (15g)	zielony hummus		
	ser żółty (mleko)	wędlina drobiowa (bez MLEKA)	ser żółty	ser żółty (15g)	wędlina (bez MLEKA)		
	ogórek	ogórek	ogórek	ogórek (20g)	ogórek		
	masło extra (mleko)	wegańskie maselko	masło extra	masło extra (4g)	wegańskie maselko		
	chleb słonecznikowy (gluten)	chleb bezglutenowy BG	chleb słonecznikowy	chleb słonecznikowy (30g) 1,5WW	chleb słonecznikowy		
	herbata malinowa (bez cukru)	herbata malinowa (bez cukru)	herbata malinowa (bez cukru)	herbata malinowa (bez cukru)	herbata malinowa (bez cukru)		
ZUPA	krupnik z kaszą jęczmienną i natką pietruszki (gluten, seler)	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	krupnik 100ml (w tym 30g, 10g kaszy ZIEMNIAKÓW) 0,5WW	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	
OBIAD	filet z kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych (gluten, jaja) ŻŁOBEK kotlecik pożarski (gluten, jaja)	filet z kurczaka w panierce, bez JAJKA	filet z kurczaka w panierce, bez JAJKA	filet z kurczaka w ziołach 80g	filet z kurczaka w panierce, bez JAJKA		
	ziemniaki gotowane	ziemniaki gotowane	ziemniaki gotowane	młode ziemniaki 97g 1,5WW	ziemniaki gotowane		
	surówka z białej kapusty, marchewką i kolendrą (sezam)	surówka, bez SOKU Z CYTRYNY	surówka, bez SOKU Z CYTRYNY	surówka, bez cukru 70g	surówka, bez CUKRU		
	kompot owocowy	kompot owocowy	-	-	-		
PODWIECZOREK	koktajl truskawkowo-bananowy (mleko)	koktajl [napój sojowy, banan, truskawka]	PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	jogurt truskawkowy, bez BANANA	jogurt bananowy z kakao, bez cukru (50g jogurt, 50g banan) 1 WW	koktajl [napój sojowy, banan, truskawka], bez CUKRU	

wrzesień

POSIŁKI STANDARDOWE

RODZAJ DIETY

RODZAJ DIETY

FULMANA DIETA 1	FULMANA DIETA 2	FULMANA KORNEL	FULMANA DIETA 3	RADOŚCI IGNACY
B. MLEKA, B. JAJKA, B. RYBY B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, cytrusy, pomidor (dozwolone: chleb żytni na zakwasie, chleb kukurydziany)	DIETA B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, banan	DIETA B. JAJKA, WOŁOWINY banan, jabłko, ananas, cytrusy, ryż, kukurydza, orzechy laskowe, orzechy ziemne	CUKRZYCA – DIETA Z NISKIM IG, B. CUKRU płatki na mleku, kakao z mlekiem, kawa zbożowa (śniadanie 1,5WW, zupa 0,5WW, II danie 1,5WW, podwieczorek 1,5- 2WW)	DIETA B. MLEKA, B. JAJKA B. CUKRU

CZW., 3.10.2024

ŚNIADANIE						
płatki kukurydziane z mlekiem (gluten, mleko)	płatki kukurydziane z napojem sojowym	ŚNIADANIE WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	płatki JAGLANE na mleku	-	płatki kukurydziane z napojem sojowym	
pastą z kurczaka z suszonymi pomidorami	pastą z kurczaka, bez POMIDORA		pastą z kurczaka z suszonymi pomidorami	pastą z kurczaka z suszonymi pomidorami (30g)	pastą z kurczaka z suszonymi pomidorami	
papryka	papryka		papryka	papryka (20g)	papryka	
masło extra (mleko)	wegańskie maselko		masło extra	masło extra (4g)	wegańskie maselko	
chleb pszenno-żytni (gluten)	chleb pszenno-żytni		chleb pszenno-żytni	chleb pszenno-żytni (30g) 1,5WW	chleb pszenno-żytni	
herbata owocowa, bez cukru	herbata owocowa (bez cukru)	herbata owocowa (bez cukru)	herbata owocowa (bez cukru)	herbata owocowa (bez cukru)		
ZUPA	zupa kalafiorowa z koperkiem (mleko, seler)	zupa – BEZ ŚMIETANY	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	zupa kalafiorowa 100ml (w tym 30g ZIEMNIAKÓW) 0,5WW	zupa – BEZ ŚMIETANY
OBIAD	hiszpańska paella – z ryżem, kurczakiem, kolorową papryką, kukurydzą i fasolką szparagową	hiszpańska paella, bez POMIDORÓW	OBIAD WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	hiszpańska paella z makaronem pełnoziarnistym, bez KUKURYDZY	hiszpańska paella, kurczakiem, kolorową papryką, kukurydzą i fasolką szparagową (70g), makaron pełnoziarnisty (75g) 1,5WW	OBIAD WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH
	kompot owocowy	kompot owocowy	kompot owocowy	-	-	-
PODWIECZOREK	gruszka pieczona z miodem i cynamonem	PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	gruszka 100g 1 WW	gruszka pieczona z cynamonem, bez MIODU

wrzesień

POSIŁKI STANDARDOWE

RODZAJ DIETY

RODZAJ DIETY

FULMANA DIETA 1	FULMANA DIETA 2	FULMANA KORNEL	FULMANA DIETA 3	RADOŚCI IGNACY
B. MLEKA, B. JAJKA, B. RYBY B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, cytrusy, pomidor (dozwolone: chleb żytni na zakwasie, chleb kukurydziany)	DIETA B. WIEPRZOWINY, B. WOŁOWINY, banan	DIETA B. JAJKA, WOŁOWINY banan, jabłko, ananas, cytrusy, ryż, kukurydza, orzechy laskowe, orzechy ziemne	CUKRZYCA – DIETA Z NISKIM IG, B. CUKRU płatki na mleku, kakao z mlekiem, kawa zbożowa (śniadanie 1,5WW, zupa 0,5WW, II danie 1,5WW, podwieczorek 1,5- 2WW)	DIETA B. MLEKA, B. JAJKA B. CUKRU

pt., 4.10.2024

ŚNIADANIE	serek waniliowy (mleko)	ŚNIADANIE WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	serek waniliowy	ser biały (20g)	pasta słonecznikowa z kokosem	
	dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony		dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony	dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony (15g) 0,5WW	dżem brzoskwiniowy 100%	
	masło extra (mleko)		wegańskie maselko	masło extra (4g)	wegańskie maselko	
	bułka grahamka (gluten)		chleb bezglutenowy BG	bułka grahamka	chleb pszenno-żytni (30g) 1,5WW	bułka grahamka
	herbata owocowa, bez cukru		herbata owocowa (bez cukru)	herbata owocowa (bez cukru)	herbata owocowa (bez cukru)	herbata owocowa (bez cukru)
	ZUPA	zupa pomidorowa z ryżem (mleko, seler)	ZUPA WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	zupa pomidorowa, makaron pełnoziarnisty	zupa pomidorowa 150ml, makaron pełnoziarnisty (25g) 0,5WW	zupa – BEZ ŚMIETANY
OBIAD	filet z miruny w panierce, pieczony (gluten, jaja, ryba) ŻŁOBEK kotlecik rybny		filet z miruny, bez JAJKA	miruna pieczona, bez PANIERKI 80g	filet z miruny, bez JAJKA	
	ziemniaki gotowane	OBIAD WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	ziemniaki gotowane	młode ziemniaki 97g 1,5WW	ziemniaki gotowane	
	surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i jabłka z olejem	surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i jabłka z olejem	surówka, bez JABŁKA	surówka, bez cukru 70g	surówka, bez cukru	
	kompot owocowy	kompot owocowy	-	-	-	
PODWIECZOREK	banan	PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH	jabłko	gruszka	banan 90g 1 WW	PODWIECZOREK WG POSIŁKÓW STANDARDOWYCH