

JADŁOSPIS OD 10.01.2024 DO 19.01.2024

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
10.01 Środa Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Pasta twarogowa 50g (MLE) Ogórek 80g Pomidor 80g Herbata 250ml	Ogórkowa z ryżem 400ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane cebulką z olejem (GLU PSZ, MLE) Surówka z białej kapusty 200g Kompot wieloowocowy 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Banan 150g Kawa zbożowa na mleku 200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)	E: 2266kcal B: 112.3g T: 78.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W: 293.1g W tym cukry: 50.9g Bł: 28,7g Sól: 6.8g	
10.01 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Pasta twarogowa 50g (MLE) Pomidor bez skórki 160g Herbata 250ml	Zupa ryżowa 400ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90g Sos pieczeniowo-jogurtowy 80g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki 200g Ziemniaki 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Banan 150g Kawa zbożowa na mleku 200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)	E: 2076.6kcal B: 109.3g T: 62.8g Kw.tł.nas.: 17.1g W: 273.1g W tym cukry: 45.9g Bł: 27,7g Sól: 6.8g	
10.01 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Pasta twarogowa 50g (MLE) Pomidor bez skórki 160g Herbata 250ml	Zupa ryżowa 400ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90g Sos pieczeniowo-jogurtowy 80g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki 200g Ziemniaki 150g	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Banan 150g	E: 2076.65kcal B: 109.3g T: 62.8g Kw.tł.nas.: 17.1g W: 253.1g W tym cukry: 45.9g	

		Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Bł:28,7g Sól:6.8g
10.01 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)	Makaron na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	E:2076.65kcal B:109.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.1g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:28,7g Sól:6.8g
10.01 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	Ogórkowa z brązowym ryżem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) 200g Surówka z białej kapusty200g Ziemniaki150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Pomidor80g Jabłko150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z warzywami30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2156kcal B:112.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 17.45g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:29,79g			

	Sól:6.5g			
10.01 Środa Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy 300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowy80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	E:2073.55kcal B:109.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 19.45g W:253.13g W tym cukry: 46.91g Bł:28,79g Sól:6.89g
10.01 Środa Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor 160g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka 200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZE,MLE) Jabłko150g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2223kcal B:112.35g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g			
10.01 Środa Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z	Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ)	E:1886.87kcal B:90.05g T:67.18g Kw.tł.nas.:

	połędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml		Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	18.45g W:251.13g W tym cukry: 43.96g Bł:27,89g Sól:6.01g	
10.01 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml	Zupa ryzowa400ml(SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowo- jogurtowy80g(MLE) Surówka z białej kapusty200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Połędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	E:2053.22kcal B:103.31g T:69.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:263.13g W tym cukry: 47.91g Bł:27,79g Sól:6.29g	
11.01 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z dodatkiem cebulki i oleju200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobiona 50g Twarożek50g (MLE) Pomidor80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	E:2177.74kcal B:101.42g T:81,7g Kw.tł.nas.: 18.93g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g	E:2221.12kcal B:103.15g T:89.7g Kw.tł.nas.: 17.78g W:298.9g W tym cukry: 43.8g Bł:28.45g Sól:6.91g
11.01 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Gulasz drobiowy duszony z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobiona 50g	E:2017.44kcal B:102.42g T:78,7g Kw.tł.nas.: 17.93g W:259.25g W tym cukry:	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry:

		Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Twarożek50g (MLE) Pomidor bez skórki80g Sałata80g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
11.01 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Gulasz drobiowy duszony z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobiona 50g Twarożek50g (MLE) Pomidor bez skórki80g Sałata80g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	E:2014.14kcal B:102.42g T:.65,7g Kw.tł.nas.: 17.93g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
11.01 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ MLE) Gulasz drobiowy duszony z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobiona 50g Twarożek50g (MLE) Pomidor bez skórki80g Sałata80g Jabłko pieczone bez skorki150g Herbata250ml	E:2014.74kcal B:102.42g T:.65,7g Kw.tł.nas.: 17.93g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g	E:2221.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g

<p>11.01 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Rzodkiewka 80g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Wielowarzywna z makaronem razowym400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z dodatkiem cebulki i oleju200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Twarożek50g (MLE) Pomidor80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Pierś gotowana 50g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Sałatka z ryżem brązowym pomidorami i cebulką, skropiona oliwą120g Herbata 250ml (b/c)</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa</p>	<p>E:2377.74kcal B:104.42g T:81,7g Kw.tł.nas.: 18.73g W:299.25g W tym cukry: 48.18g Bł:31,23g Sól:6.21g</p>				
<p>11.01 Wtorek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Gulasz drobiowy duszony z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g 50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Jabłko pieczone bez skórki150g</p>	<p>E:2177.74kcal B:102.42g T:71,7g Kw.tł.nas.: 17.93g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:30,23g Sól:6.21g</p>	<p>E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.71g W:278.9g W tym cukry: 42.8g Bł:28.97g Sól:6.22g</p>

			Herbata250ml		
11.01 Wtorek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1866.90kcal B:87.9g T:60.7g Kw.tł.nas.: 16.8g W:249.89g W tym cukry: 41.45g Bł:27.99g Sól:5.22g	
11.01 Wtorek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Twarożek50g (MLE) Pomidor80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2302.11kcal B:105.42g T:82,7g Kw.tł.nas.: 18.93g W:306.25g W tym cukry: 49.11g Bł:30,23g				E:1995.17kcal B:99.15g T:61.7g Kw.tł.nas.: 14.71g W:266.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.02g

	Sól:6.4g				Sól:6.17g
11.01 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem bezglutenowym400ml (SEL,MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g (MLE) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju 200g Kasza jaglana150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Twarożek50g (MLE) Pomidor80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	E:2177.74kcal B:102.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 17.93g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,28g Sól:6.21g	E:2128.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.71g W:278.9g W tym cukry: 42.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
12.01 Piątek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Schab pieczony50g Sałata160g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2172.6kcal B:110.3g T:77,8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:28,7g Sól:6.8g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
12.01	Płatki owsiane na mleku300ml	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU	Pieczywo pszenne80g (GLU	E:2071.6kcal	

Piątek Dieta łatwostrawna (2)	GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g 50g Sałata160g Herbata250ml	JĘCZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
12.01 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g 50g Sałata160g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
12.01 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g 50g Sałata160g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
12.01 Piątek	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE)	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, SEL,MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ)	Posiłek Dodatkowy	POSIŁEK DODATKOWY

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)Schab pieczony50gSałata160gHerbata250ml(b/c)	Jajko sadzone(JAJ)Sos chrzanowo-jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE)Surówka z kapusty pekińskiej200gZiemniaki150gHerbata250ml(b/c)	Masło15g (MLE)Sałatka ryżowa z brązowym ryżem i warzywami 120gPomidor80gOgórek80gJabłko150gKawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)(b/c)	podwieczorekChleb graham 50g (GLU PSZ)Masło 10g(MLE))Krakowska parzona30gOgórek80gHerbata250ml(b/c)	PodwieczorekBułka grahamk65g 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Serek wiejski 200g (MLE)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2276.65kcal B:112.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g				
12.01 Piątek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml (MLE)Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)Połędwica wiśniowa50gSałata160gKisiel200mlHerbata250ml	Krupnik z kaszą manną 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE)Ryż gotowany z jabłkiem pieczonym bez skórki200g/80gHerbata250ml	Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki (GLU PSZ,JAJ)Kisiel 200mlHerbata250ml	E:2051.5kcal B:106.35g T:76.8g Kw.tł.nas.: 18,2g W:263.13g W tym cukry: 45.91g Bł:25,79g Sól:6.6g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
12.01 Piątek	Płatki owsiane na mleku300ml GLU OW, MLE)	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, SEL,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU	Posiłek Dodatkowy	POSIŁEK DODATKOWY

Dieta podstawowa (C1)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Schab pieczony50g Sałata160g Herbata250ml	Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wielowocowy250ml	ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor 160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona30g Sałata80g Herbata250ml	Podwieczorek Bułka grahamka 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski 200g (MLE)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2246.2kcal B:108.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: 18.15g W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g				
12.01 Piątek Dieta płynna (13)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany,przetarty z zupą jarzynową i drobiem bez skóry 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejską i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot wielowocowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:18176.9kcal B:75.9g T:62.7g Kw.tł.nas.: 16.8g W:239.89g W tym cukry: 40.45g Bł:25.49g Sól:5.22g	E:1976.12kcal B:89.9g T:71.76g Kw.tł.nas.: 20.8g W:267.54g W tym cukry: 45.45g Bł:26,93g Sól:6.42g

<p>12.01 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Schab pieczony50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą jaglaną400ml (SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(MLE) Surówka z kapusty pekińskiej200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>E:2141.6kcal B:107.3g T:72,8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g</p>	<p>E:2111.97kcal B:113.97g T:72.1g Kw.tł.nas.: 21.8g W:278.55g W tym cukry: 50.45g Bł:28,09g Sól:6.12g</p>
<p>13.01 Sobota Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Grochowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamomem200g/80g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka, grubo rozdrobniona 50g Ogórek160g Jabłko150g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2111.23kcal B:92.12g T:63.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g</p>	<p>E:2323.77kcal B:107.21g T:74.85g Kw.tł.nas.: 20.65g W:293.22g W tym cukry: 51.49g Bł:29,09g Sól:7.19g</p>
<p>13.01 Sobota Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem 200g/80g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g</p>	<p>E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g</p>

13.01 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem 200g/80g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
13.01 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem 200g/80g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jabłko pieczone bez skórki150g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
13.01 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i cynamomem200g/80g	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka, grubo	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.:

węglowodanów (6)	Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml (b/c)	Herbata250ml(b/c)	rozdrobiona 50g Ogórek160g Jabłko150g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Twarożeki30g (MLE) Sałata80g Herbata250ml (b/c)	20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2281.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g				POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Wafle ryżowe 20g
13.01 Sobota Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem 200g/80g Herbata250ml	Marchew gotowana z kaszą manną300g Kisiel200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2016.6kcal B:87.3g T:60.8g Kw.tł.nas.: 17.4g W:245.1g W tym cukry: 41.9g Bł:24,9g Sól:6.8g	

13.01 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamomem200g/80g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor1660g Jabłko150g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożeki30g (MLE) Sałata80g Herbata250ml	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2271.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:285.12g W tym cukry: 46.10g Bł:28,19g Sól:6.2g				POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g
13.01 Sobota Dieta płynna (13)	Makaron na mleku300ml (postać płynna)(MLE ,GLU PSZ) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (GLU PSZ	Zupa koperkowa z ziemniakami z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny	E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g	

	,JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml		zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
13.01 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami 400ml(SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamomem200g/80g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80gMasło15 g (MLE) Polędwica sopocka, grubo rozdrobiona 50g Ogórek160g Jabłko150g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2056.6kcal B:104.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.8g	
14.01 Niedziela Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udka pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2143kcal B:103g T:73,6g Kw.tł.nas.:22,1g W:302g W tym cukry:48g Bł:27,8g Sól:7,6g	E:2013.12kcal B:101.34g T:71.78g Kw.tł.nas.: 20.09g W:251.89g W tym cukry: 49.02g Bł:28,04g Sól:6.42g
14.01 Niedziela	Manna mleku300ml(GLU PSZ, MLE)	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL)	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	E:2041kcal B:99g	E:2155.11kcal B:87.23g

Dieta łatwostrawna (2)	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Polędwica drobiowa50g Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	T:62,6g Kw.tł.nas.:17,2g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:273.86g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.43g
14.01 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:17,2g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
14.01 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata160g	E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:17,2g W:289g W tym cukry:46g	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g

żołądkowego (4)	Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Banan150g Herbata250ml	Bł:26,8g Sól:7,6g	W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
14.01 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Patki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Herbata250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Polędwica z warzywami30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2287kcal B:101,4g T:63,7g Kw.tł.nas.:17,8g W:288g W tym cukry: 43,2g Bł:30,5g Sól:6,8g				POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka Grahamka65g (GLU PSZ) Pasta Twarogowa 50g (MLE) Herbata(b/c)
14.01 Niedziela Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wisniowa50g Pomidor bez skórki160g Kisiel200ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ SEL) Udko gotowane Sos pieczeniowy80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Ryż na gęsto z dodatkiem musu z banana250g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	E:2021kcal B:94g T:65,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:288g W tym cukry:49g Bł:24,1g	

	Herbata250ml			Sól:7,6g	
14.01 Niedziela Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Pomidor160g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułeczka maślana35g (GLU PSZ, MLE) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:2147,86kcal B:89,23g T:70,14g Kw.tł.nas.: 18,09g W:293,12g W tym cukry: 50,11g Bł:28,29g Sól:6,47g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2343kcal B:104g T:81,6g Kw.tł.nas.:20,1g W:312g W tym cukry:48g Bł:27,8g Sól:7,6g				POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka Grahamka65g (GLU PSZ) Pasta Twarogowa 50g (MLE) Herbata250ml
14.01 Niedziela Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem z dodatkiem mięsa drobiowego400ml (GLU PSZ SEL) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą polędwicą300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:1876kcal B:82,4g T:58,7g Kw.tł.nas.:14,2g W:248g W tym cukry: 42,2g Bł:25,5g Sól:5,8g	

14.01 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	E:1977kcal B:86,4g T:58,7g Kw.tł.nas.:14,2g W:258g W tym cukry: 42,2g Bł:25,5g Sól:5,8g	E:1818.19kcal B:71.23g T:64.14g Kw.tł.nas.: 16.32g W:241.12g W tym cukry: 40.12g Bł:26,20g Sól:6.19g
15.01 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml	Kapuśniak z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki (GLU PSZ, MLE, JAJ) Polewa jogurtowa80g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g(MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Ogórek kiszony80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:2211.19kcal B:99.90g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:304.10g W tym cukry: 49.18g Bł:29,17g	

			Jabłko150g Herbata250ml	Sól:6.32g
15.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i polewą jogurtową200g/100g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	E:2161.15kcal B:101.90g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 47.11g Bł:27.07g Sól:6.2g
15.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i polewą jogurtową200g/100g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	E:2011.12kcal B:103.10g T:62.15g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 49.18g Bł:27.07g Sól:6.2g
15.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ MLE) Makaron z białym serem i polewą jogurtową200g/100g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	E:2161.19kcal B:101.90g T:71.12g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 49.18g Bł:27.07g

				Sól:6.2g
15.01 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Patki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor 80g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	Kapuśniak z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron pełnoziarnisty z białym serem i polewą jogurtową200g/100g(GLU PSZ, MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Ogórek kiszony80g Sałata80g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Szynka konserwowa30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2261.19kcal B:102.90g T:73.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:287.11g W tym cukry: 45.18g Bł:29,17g Sól:6.32g			
15.01 Poniedziałek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki200g/60g(GLU PSZ, MLE, JAJ) Herbata250ml	Suchary pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Ryż z marchewką gotowaną 200g Jabłko pieczone bez skórki150g	E:2021.19kcal B:89.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry:

			Herbata250ml	45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g
15.01 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki (GLU PSZ, MLE, JAJ) Polewa jogurtowa80g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g(MLE) Schab pieczony50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Jajko na twardo(JAJ) Pomidor 80g (MLE) Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2321.17kcal B:97.23g T:75.18g Kw.tł.nas.: 19.92g W:311.10g W tym cukry: 50.19g Bł:29,17g Sól:6.43g			
15.01 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmaczone w mleku z dodatkiem jajka ma miękko (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki i dodatkiem drobiu bez skóry300ml Kisiel200ml Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g

				Bł:25,07g Sól:6.1g
15.01 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe 80gMasło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml	Kapuśniak z ziemniakami400ml (SEL,MLE) Makaron bezglutenowy z białym serem i polewą jogurtową200g/100g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Ogórek kiszony80g Sałata80g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g
16.01 Wtorek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kotlet mielony smażony90g Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2121.2kcal B:94.18g T:74.12g Kw.tł.nas.: 19.1g W:268.11g W tym cukry: 47.1g Bł:28,1g Sól:6.3g

16.01 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet gotowany gotowany90g Sos pieczeniowy, zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2055.12kcal B:92.1g T:62.3g Kw.tł.nas.: 16.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.2g
16.01 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet gotowany90g Sos pieczeniowy, zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2055.12kcal B:92.1g T:62.3g Kw.tł.nas.: 16.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.2g
16.01 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml(GLU PSZ,MLE) Pulpet gotowany90g Sos pieczeniowy, zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	E:2055.12kcal B:92.1g T:62.3g Kw.tł.nas.: 16.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.2g
16.01 Wtorek Dieta z ograniczeniem	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU)	Pomidorowa z ryżem brązowym400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kotlet mielony smażony90g	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek

łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Herbata250ml(b/c)	(MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jabłko150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2291.2kcal B:96.15g T:76.11g Kw.tł.nas.: 19.5g W:251.11g W tym cukry: 44.1g Bł:28,1g Sól:6.3g			
16.01 Wtorek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem ((GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry200g/100g Herbata250ml	Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/80g Kisiel200ml Herbata250ml	E:2015.12kcal B:90.1g T:62.6g Kw.tł.nas.: 16.1g W:252.12g W tym cukry: 45.11g Bł:23,22g Sól:6.2g
16.01 Wtorek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Pomidorowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet gotowany90g Sos pieczeniowy, zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-

	Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor160g Herbata250ml	PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	50g Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	żytnie, razowe 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2221.2kcal B:96.15g T:73.11g Kw.tł.nas.: 18.5g W:281.11g W tym cukry: 47.1g Bł:28,1g Sól:6.3g			
16.01 Wtorek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1811.12kcal B:71.1g T:61.6g Kw.tł.nas.: 16.1g W:242.12g W tym cukry: 41.11g Bł:23,22g Sól:6.2g
16.01 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Ogórek80g	Pomidorowa z ryżem400ml(SEL,MLE) Pulpet gotowany90g Sos pieczeniowy, zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE)	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem	E:2015.12kcal B:90.1g T:62.1g Kw.tł.nas.: 16.3g

	Herbata250ml	Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,12g Sól:6.2g
17.01 Środa Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Ogórek80g Pomidor80g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka10 sztuk(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g
17.01 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku 300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g
17.01 Środa Dieta łatwostrawna z	Manna mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g

<p>ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Kopytka10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g</p>
<p>17.01 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ, MLE, SEL) Kopytka10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g</p>
<p>17.01 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor80g</p>	<p>Grysikowa z kaszą jęczmienną400ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE)</p>

	Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	cebulką200g Ziemniaki150g Herbata250ml (b/c)	Salata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Masło 10g (MLE) Polędwica z Warzywami30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2156kcal B:112.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 16.4g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:29,79g Sól:6.5g			
17.01 Środa Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy 300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Kisiel200ml Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	E:2026.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g
17.01 Środa Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Rzodkiewka80g	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZE,MLE Banan150g

	Ogórek80g Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2223kcal B:112.35g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g			
17.01 Środa Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1811.6kcal B:76.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:252.1g W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g
17.01 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (MLE,SEL) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2076.6kcal B:100.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,1g Sól:6.5g

18.01 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Herbata250ml	Szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone 200g/150g (MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2212kcal B:87g T:70,1g Kw.tł.nas.:20,1g W:275g W tym cukry: 48,7g Bł:28,1g Sól:6,9g
18.01 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Herbata250ml	Szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone 200g/150g (MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2201kcal B:87g T:66,1g Kw.tł.nas.:18,1g W:295g W tym cukry: 48,7g Bł:27,4g Sól:6,9g
18.01 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Herbata250ml	Szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone 200g/150g (MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2212kcal B:87g T:66,1g Kw.tł.nas.:18,1g W:275g W tym cukry: 48,7g Bł:28,1g Sól:6,9g

<p>18.01 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbat250ml</p>	<p>E:2212kcal B:87g T:66,1g Kw.tł.nas.:20,1g W:275g W tym cukry: 48,7g Bł:28,1g Sól:6,9g</p>
<p>18.01 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z brązowym ryżem ,mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone 200g/150g (MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot wieloowocowy250ml Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Pasta z Tuńczyka w sosie własnym 30g (RYB) Ogórek 80g Herbata250ml (b/c)</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E:2376kcal B:97g T:74,7g Kw.tł.nas.:22,1g W:255g W tym cukry: 43,7g Bł:28,1g Sól:6,9g</p>			
<p>18.01 Czwartek</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU)</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ)</p>	<p>Racuchy z musem bananowym 4 sztuki(GLU)</p>	<p>E:2012kcal B:87g</p>

Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem200g/80g Herbata250ml	PSZ,IAJ) Kisiel200ml Herbata250ml	T:72,1g Kw.tł.nas.:19g W:295g W tym cukry: 48,7g Bł:28,1g Sól:6,9g
18.01 Czwartek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Herbata250ml	Szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone 200g/150g (MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Połudwica dębowa30g Pomidor80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2376kcal B:97g T:74,7g Kw.tł.nas.:22,1g W:255g W tym cukry: 43,7g Bł:28,1g Sól:6,9g			
18.01 Czwartek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Szpinakowa z ziemniakami z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml	E:1812kcal B:67g T:60,1g Kw.tł.nas.:16,1g W:245g W tym cukry:

			(MLE) Herbata250ml	42,7g Bł:26,1g Sól:5,7g
18.01 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Herbata250ml	Szpinakowa z ziemniakami400ml (SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone 200g/150g (MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	E:2112kcal B:87g T:70,1g Kw.tł.nas.:17,1g W:275g W tym cukry: 42,7g Bł:27,1g Sól:6,9g
19.01 Piątek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Ogórek80g Pomidor80g Herbata250ml	Koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Ryba smażona90g(GLU PSZ,RYB,JAJ) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2245kcal B:85g T:75,17g Kw.tł.nas.:20,1g W:275g W tym cukry: 47,7g Bł:28,6g Sól:6,7g
19.01 Piątek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona	E:2003kcal B:82g T:62,1g Kw.tł.nas.:16,3g

	<p>Polędwica z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml</p>	<p>PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy 250ml</p>	<p>wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>W:262g W tym cukry: 46,8g Bł:27,1g Sól:6,2g</p>
<p>19.01 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Ryz na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml</p>	<p>Koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>E:2003kcal B:82g T:62,1g Kw.tł.nas.:16,3g W:262g W tym cukry: 46,8g Bł:27,1g Sól:6,2g</p>
<p>19.01 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Ryz na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml</p>	<p>Koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko pieczone bez skórki150g</p>	<p>E:2003kcal B:82g T:62,1g Kw.tł.nas.:16,3g W:262g W tym cukry: 46,8g Bł:27,1g Sól:6,2g</p>

			Herbata250ml	
19.01 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Ogórek80g Pomidor80g Herbata250ml(b/c)	Koperkowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Ryba smażona90g(GLU PSZ,RYB,JAJ) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Sałatka z brązowego ryżu z pomidorem i oliwą 200g Polędwica wiśniowa30g Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2285kcal B:89g T:76g Kw.tł.nas.:18,1g W:251g W tym cukry: 43,7g Bł:29,9g Sól:6,8g			
19.01 Piątek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Kisiel 200ml Herbata250ml	Koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z gotowanych warzyw bez skórki50g Ryż gotowany z dodatkiem banana200g Herbata250ml	E:2003kcal B:80g T:63,1g Kw.tł.nas.:15,3g W:262g W tym cukry: 46,8g Bł:24,1g Sól:6,1g

<p>19.01 Piątek Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Ryż na mleku 300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Połędwica z warzywami 50g Ogórek 80g Pomidor 80g Herbata 250ml</p>	<p>Koperkowa z makaronem 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany 90g (GLU PSZ, RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Ziemniaki 150g Kompot jabłkowy 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata 160g Twarożek 50g (MLE) Jabłko 150g Herbata 250ml</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Sałatka z brązowego ryżu z pomidorem i oliwą 200g Połędwica Wiśniowa 30g Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 50g Masło 15g (MLE) Herbata 250ml</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E: 2327kcal B: 102g T: 76.7g Kw.tł.nas.: 18.3g W: 278.9g W tym cukry: 46.8g Bł: 29,2g Sól: 6.5g</p>			
<p>19.01 Piątek Dieta płynna (13)</p>	<p>Manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Makaron rozgotowany z zacierką warzywną i drobiem bez skóry (GLU PSZ) 300ml (postać płynna) Budyń 200ml (MLE)</p>	<p>Koperkowa z makaronem i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml (GLU JĘCZ SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne, rozmoczone w mleku z dodatkiem połędwicy drobiowej i jajka na miekkko 300ml (GLU PSZ, JAJ) Kisiel 200ml</p>	<p>E: 1856.19kcal B: 77.91g T: 70.7g Kw.tł.nas.: 16.91g W: 265.9g W tym cukry:</p>

	Herbata250ml		Herbata250ml	46.8g Bł:26.32g Sól:5.76g
19.01 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Ogórek80g Pomidor80g Herbata250ml	Koperkowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2011kcal B:84g T:73,1g Kw.tł.nas.:18,1g W:275g W tym cukry: 48,7g Bł:27,1g Sól:6,7g