

JADŁOSPIS OD 20.01.2024 DO 29.01.2024

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
20.01 Sobota Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml	Grochowa z ziemniakami400ml((GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Surówka z ogórków kiszonych z dodatkiem cebulki i oleju200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g Herbata250ml	E:2125.29kcal B:98.12g T:73.14g Kw.tł.nas.: 17.2g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:28,29g Sól:6.45g	E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g
20.01 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata160g Herbata250ml	Ziemniaczana400ml((GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE)	E:2055.12kcal B:97.08g T:62.14g Kw.tł.nas.: 15.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g

			Jabłko bez skórki 150g Herbata250ml		
20.01 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata160g Herbata250ml	Ziemniaczana400ml((GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko bez skórki 150g Herbata250ml	E:2055.12kcal B:97.08g T:62.14g Kw.tł.nas.: 15.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g
20.01 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata160g Herbata250ml	Ziemniaczana400ml(GLU PSZ, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko pieczone bez skórki 150g Herbata250ml	E:2055.12kcal B:97.08g T:62.14g Kw.tł.nas.: 15.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Kromka chleba Graham 30g (GLU PSZ) Jajko na miękko (JAJ)

<p>20.01 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Ziemniaczana400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Surówka z ogórków kiszonych z dodatkiem cebulki i oleju200g Makaron razowy200g(GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Szynka drobiowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa</p>	<p>E:2297.02kcal B:99.08g T:74.14g Kw.tł.nas.: 15.8g W:248.76g W tym cukry: 43.11g Bł:27,12g Sól:6.5g</p>				<p>E:1874.19kcal B:73.14g T:80.14g Kw.tł.nas.: 17.21g W:278.12g W tym cukry: 47.76g Bł:27.17g Sól:6.23g</p>
<p>20.01 Sobota Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml</p>	<p>Ziemniaczana400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry200g/100g Herbata250ml</p>	<p>Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/80g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>E:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 15.1g W:278.12g W tym cukry: 45.11g Bł:23,2g Sól:6.13g</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g</p>

<p>20.01 Sobota Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Ziemniaczana400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g Herbata250ml</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZE,MLE) Banan150g Herbata250ml</p>	
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa</p>	<p>E:2285.29kcal B:98.12g T:75.10g Kw.tł.nas.: 16.09g W:288.12g W tym cukry: 46.1g Bł:28,29g Sól:6.55g</p>				<p>E:2101.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:278.12g W tym cukry: 50.19g Bł:28,17g Sól:6.43g</p>
<p>20.01 Sobota Dieta płynna (13)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GL U PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:1886.87kcal B:87.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 15.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:23,11g Sól:6.01g</p>	<p>E:2201.17kcal B:91.23g T:78.18g Kw.tł.nas.: 20.98g W:299.10g W tym cukry: 48.19g Bł:27,17g Sól:6.43g</p>

<p>20.01 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Polędwica sopocka50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml</p>	<p>Ziemniaczana400ml(SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zapraviany jogurtem naturalnym180g(MLE) Surówka z ogórków kiszonych z dodatkiem cebulki i oleju200g Makaron bezglutenowy200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe8 0g Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g Herbata250ml</p>	<p>E:2055.12kcal B:97.08g T:62.14g Kw.tł.nas.: 15.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g</p>	<p>E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g</p>
<p>21.01 Niedziela Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Herbata250ml</p>	<p>Ryż na rosole400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab w sosie zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2143kcal B:97g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:276g W tym cukry:46g Bł:27,8g Sól:7,6g</p>	<p>E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g</p>
<p>21.01 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Pomidor bez skórki80g</p>	<p>Ryż na rosole jarskim400ml (GLU PSZ ,SEL) Schab w sosie zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g</p>	<p>E:2143kcal B:97g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:276g W tym cukry:46g Bł:27,8g</p>	<p>E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry:</p>

	Sałata80g Herbata250ml	Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Sól:7,6g	47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
21.01 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Ryż na rosole jarskim400ml (GLU PSZ ,SEL) Schab w sosie zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2143kcal B:97g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:276g W tym cukry:46g Bł:27,8g Sól:7,6g	E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
21.01 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Ryż na rosole jarskim400ml (GLU PSZ) Schab w sosie zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	E:2143kcal B:97g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:276g W tym cukry:46g Bł:27,1g Sól:7,6g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g

<p>21.01 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Patki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Ryż brązowy na rosole400ml (GLU PSZ ,SEL) Schab w sosie zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E:2219kcal B:101,4g T:60,7g Kw.tł.nas.:16,2g W:288g W tym cukry: 43,2g Bł:28,5g Sól:6,8g</p>				<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g</p>
<p>21.01 Niedziela Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wisniowa50g Pomidor bez skórki80g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Ryż na rosole jarskim400ml (GLU PSZ ,SEL) Schab w sosie 90g/80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Ryż na gęsto z dodatkiem musu z banana250g Jabłko pieczone bez skórki Kisiel250ml Herbata250ml</p>	<p>E:2021kcal B:94g T:65,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:288g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g</p>	<p>E:1899.19kcal B:78.90g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.12g W:273.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g</p>

<p>21.01 Niedziela Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Pomidor160g Herbata250ml</p>	<p>Ryż na rosolenie400ml (GLU PSZ,SEL) Schab w sosie zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E:2219kcal B:101,4g T:60,7g Kw.tł.nas.:16,2g W:288g W tym cukry: 43,2g Bł:28,5g Sól:6,8g</p>				<p>E:2215.98kcal B:101.67g T:80,1g Kw.tł.nas.: 19.33g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g</p>
<p>21.01 Niedziela Dieta płynna (13)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml</p>	<p>Ryż na rosolenie jarskim z dodatkiem mięsa drobiowego400ml (GLU PSZ,SEL) (postać płynna) Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE)</p>	<p>E:1876kcal B:86,4g T:58,7g Kw.tł.nas.:14,2g W:258g W tym cukry: 42,2g Bł:25,5g Sól:5,8g</p>	<p>E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g</p>

			Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)		
21.01 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Herbata250ml	Ryż na rosole400ml (SEL) Schab w sosie zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Kurczak w galareciea50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	E:2143kcal B:97g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:276g W tym cukry:46g Bł:27,1g Sól:7,6g	E:2015.976kcal B:102.87g T:.80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
22.01 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Schab pieczony50g Pomidor160g Herbata250ml	Dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i olejem200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g(MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2156.97kcal B:101.35g T:74.88g Kw.tł.nas.: 17,45g W:301.13g W tym cukry: 48,8g Bł:28,13g Sól:6.7g	E:2015.976kcal B:102.87g T:.80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g

<p>22.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Manna na mleku300ml GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>E:2051.17kcal B:101.35g T:70.88g Kw.tł.nas.: 15,41g W:289.1g W tym cukry: 47,1g Bł:26,1g Sól:6.7g</p>	<p>E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g</p>
<p>22.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Manna na mleku300ml GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>E:2051.17kcal B:101.35g T:70.88g Kw.tł.nas.: 15,41g W:289.1g W tym cukry: 47,1g Bł:26,1g Sól:6.7g</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)</p>
<p>22.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji</p>	<p>Manna na mleku300ml GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)</p>	<p>Dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE)</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU)</p>	<p>E:2051.17kcal B:101.35g T:70.88g Kw.tł.nas.:</p>	<p>E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.:</p>

<p>pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Polędwica drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml</p>	<p>Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Twarożek50g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>15,41g W:289.1g W tym cukry: 47,1g Bł:26,1g Sól:6.7g</p>	<p>17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g</p>
<p>22.01 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Pomidor160g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Koperkowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka200g Kasza gryczana150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Twarożek50g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z warzywami 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa</p>	<p>E:2251.97kcal B:101.35g T:71.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:267.11g W tym cukry: 42.g Bł:29,11g Sól:6.7g</p>				<p>E:1879.98kcal B:69.75g T:74,1g Kw.tł.nas.: 17.33g W:275.19g W tym cukry: 46.09g Bł:27.87g Sól:6.06g</p>

<p>22.01 Poniedziałek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Racuchy z bananami 4 sztuki (GLU PSZ,JAJ) Suchary50g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>E:2021.1kcal B:97.3g T:74.1g Kw.tł.nas.: 16,2g W:299.1g W tym cukry: 49,1g Bł:24,1g Sól:6.7g</p>	<p>E:2019.90kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:276.15g W tym cukry: 47.08g Bł:29,01g Sól:6.09g</p>
<p>22.01 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Schab pieczony50g Pomidor160g Herbata250ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g(MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Polędwica z warzywami30g Pomidor80g Herbata250ml</p>	
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E:2187.1kcal B:103.15g T:70.88g Kw.tł.nas.: 15,9g W:289.1g W tym cukry:</p>				

	47,1g Bł:26,1g Sól:6.7g			
22.01 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem piersi gotowanej300ml(GLU PSZ, MLE)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata250ml	Dyniowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Ryż gotowany na mleku zmiksowany z bananem300ml(MLE) Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:1879.22kcal B:87.35g T:65.18g Kw.tł.nas.: 17.42g W:283g W tym cukry: 46.18g Bł:26,23g Sól:5.22g
22.01 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Schab pieczony50g Pomidor160g Herbata250ml	Dyniowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(MLE) Surówka z marchwi i jabłka200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe8 Og Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2006.9kcal B:97.3g T:69.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:276.13g W tym cukry: 45.98g Bł:25,4g Sól:6.7g
23.01 Wtorek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Kotlet mielony smażony90g(GLU PSZ,JAJ)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g	E:2151.9kcal B:98.3g T:76.8g Kw.tł.nas.: 18.4g

	Rzodkiewka 80g Ogórek80g Herbata250ml	Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju200g Kasza jaglana150g Kompot wielowocowy250ml	Polędwica z warzywami50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W:301.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,1g Sól:6.9g
23.01 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g (JAJ) Sałata160g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet gotowany90g Sos jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza jaglana150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g Polędwica z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2053.9kcal B:99.3g T:72.8g Kw.tł.nas.: 15.4g W:298.13g W tym cukry: 48.98g Bł:26,1g Sól:6.7g
23.01 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g (JAJ) Sałata160g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet gotowany90g Sos jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza jaglana150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g Polędwica z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na	E:2053.9kcal B:99.3g T:72.8g Kw.tł.nas.: 15.4g W:298.13g W tym cukry: 48.98g Bł:26,1g Sól:6.7g

			mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	
23.01 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g (JAJ) Sałata160g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet gotowany90g Sos jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza jaglana150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g Polędwica z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	E:2053.9kcal B:99.3g T:72.8g Kw.tł.nas.: 15.4g W:298.13g W tym cukry: 48.98g Bł:26,1g Sól:6.7g
23.01 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet gotowany90g Sos jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) 200g Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju200g Kasza jaglana150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ)) Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Pasta twarogowa30g 30g(MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2209kcal B:102.3g T:74.8g Kw.tł.nas.: 16.1g W:268g W tym cukry:			

	42.9g Bł:27,1g Sól:6.7g			
23.01 Wtorek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Ryż z marchewką gotowaną200g Kisiel200ml Herbata250ml	Wielowarzywna z ziemniakami(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet gotowany90g Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Ryż z jabłkiem pieczonym 200g/80g Banan 150g Suchary pszenne50g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2001.68kcal B:103.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 16.49g W:289.13g W tym cukry: 47.98g Bł:27,23g Sól:6.01g
23.01 Wtorek Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor160g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet gotowany90g Sos jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza jaglana150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g Polędwica z warzywami50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Twarożek 30g(MLE) Sałata80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2209kcal B:102.3g T:74.8g Kw.tł.nas.: 16.1g W:298g W tym cukry: 45.1g			

	Bł:28,1g Sól:6.7g			
23.01 Wtorek Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka na miękko i mięsa drobiowego bez skóry300ml(GLU PSZ, MLE, JAJ)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata250ml	Wielowarzywna z ziemniakami i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)(postać płynna) Kompot wielowocowy250ml	Ryż gotowany na mleku zmiksowany z bananem300ml(MLE) Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:1874.22kcal B:85.35g T:68.18g Kw.tł.nas.: 13.42g W:279.13g W tym cukry: 42.98g Bł:25,21g Sól:5.22g
23.01 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml (SEL, MLE) Pulpet gotowany90g Sos jogurtowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Kasza jaglana150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Sałata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g (MLE) Banan150g Herbata250ml	E:2132kcal B:97.3g T:74.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:298.13g W tym cukry: 45.98g Bł:26,1g Sól:6.7g
24.01 Środa Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OWS MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Filet drobiowy smażony90g(GLU PSZ, JAJ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona	E:2176.2kcal B:101.3g T:70.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:273.1g W tym cukry: 44.9g Bł:27,6g

			50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml	Sól:6.8g
24.01 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OWS MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany 90g Sos pieczeniowo- jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniiona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	E:2004.2kcal B:101.3g T:70.8g Kw.tł.nas.: 15.1g W:272.1g W tym cukry: 42.9g Bł:25,6g Sól:6.7g
24.01 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OWS MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowo- jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniiona 50g Sałata160g	E:2004.2kcal B:101.3g T:70.8g Kw.tł.nas.: 15.1g W:272.1g W tym cukry: 42.9g Bł:25,6g Sól:6.7g

			Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	
24.01 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OWS MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany 90g Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	E:2004.2kcal B:101.3g T:70.8g Kw.tł.nas.: 15.1g W:272.1g W tym cukry: 42.9g Bł:25,6g Sól:6.7g
24.01 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	Grycikowa z kaszą wiejską 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ) Filet drobiowy gotowany 90g Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Jajko na Twardo(JAJ) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)

			Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2204.kcal B:102.3g T:71.8g Kw.tł.nas.: 16.1g W:252.1g W tym cukry: 40.9g Bł:27,6g Sól:6.7g			
24.01 Środa Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Kisiel200ml Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany90g Marchew gotowana200g Ryż gotowany150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Kisiel200ml Herbata250ml	E:2076.6kcal B:104.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:265.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,9g Sól:6.8g
24.01 Środa Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OWS MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Grycikowa z kaszą kukurydzianą 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany 90g	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszen

	Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Herbata250ml	Sos pieczeniowo- jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml	no-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Polędwica wiśniowa30g Pomidor80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2201.kcal B:102.3g T:71.8g Kw.tł.nas.: 16.1g W:284.1g W tym cukry: 44.9g Bł:27,6g Sól:6.7g			
24.01 Środa Dieta płynna (13)	Ryż na mleku300ml (postać płynna)(MLE) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą i dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL, MLE) Herbata250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE)	E:1876kcal B:79.3g T:67.8g Kw.tł.nas.: 13.1g W:272.1g W tym cukry: 42.9g Bł:25,6g Sól:6.7g

			Herbata250ml	
24.01 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą 400ml(SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany 90g Sos pieczeniowo- jogurtowy80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe8 0gMasło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2004.2kcal B:101.3g T:70.8g Kw.tł.nas.: 15.1g W:272.1g W tym cukry: 42.9g Bł:25,6g Sól:6.7g
25.01 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobiona50g Pomidor160g Herbata250ml	Ogórkowa z ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g Polędwica dębowa50g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2156.97kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 17.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.7g
25.01 Czwartek Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE)	Zupa ryżowa 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU)	E:2059.07kcal B:103.35g T:62.81g

(2)	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Kw.tł.nas.: 15.2g W:301.13g W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.6g</p>
<p>25.01 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2059.07kcal B:103.35g T:62.81g Kw.tł.nas.: 15.2g W:301.13g W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.6g</p>
<p>25.01 Czwartek</p>	<p>Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE)</p>	<p>Zupa ryżowa 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)</p>	<p>Pieczywo pszenne80g</p>	<p>E:2059.07kcal B:103.35g</p>

<p>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>T:62.81g Kw.tł.nas.: 15.2g W:301.13g W tym cukry: 48.91g Bł:26,8g Sól:6.6g</p>
<p>25.01 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Makaron razowy na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona50g Pomidor160g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Ogórkowa z ryżem brązowym 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E:2289.1kcal B:104.3g T:72.88g Kw.tł.nas.: 17.45g W:276.13g W tym cukry: 42.9g Bł:28,13g Sól:6.7g</p>			
<p>25.01 Czwartek</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE)</p>	<p>Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez</p>	<p>Twaróg zmiksowany z</p>	<p>E:1856.19kcal B:77.91g</p>

<p>Dieta płynna (13)</p>	<p>Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową i drobiem bez skóry 300ml (postać płynna) Budyń 200ml (MLE) Herbata 250ml</p>	<p>skóry 400ml (GLU PSZ SEL, MLE) (postać płynna) Kompot wielowocowy 250ml</p>	<p>mlekiem oraz bananem 300ml (MLE) (postać płynna) Kisiel 200ml Kawa zbożowa na mleku 200ml (GL U ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)</p>	<p>T: 70.7g Kw. tł. nas.: 16.2g W: 265.9g W tym cukry: 42.g Bł: 26.32g Sól: 5.76g</p>
<p>25.01 Czwartek Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobiona 50g Sałata 160g Herbata 250ml</p>	<p>Zupa ryżowa 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym 180g (GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane 200g Ziemniaki 150g Kompot wielowocowy 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g Polędwica dębowa 50g Pomidor 160g Banan 150g Kawa zbożowa na mleku 200ml (GL U ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Kurczak w Galarecie 50g Ogórek 80g Herbata 250ml</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E: 2292.kcal B: 104.3g T: 72.88g Kw. tł. nas.: 17.45g W: 286.13g W tym cukry: 44.9g Bł: 28,13g Sól: 6.7g</p>			

<p>25.01 Czwartek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa180g Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml</p>	<p>Naleśniki 2 sztuki z musem bananowym (GLU PSZ, JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>E:200.07kcal B:97.3g T:62.81g Kw.tł.nas.: 16.2g W:278.1g W tym cukry: 46.91g Bł:24,01g Sól:6.4g</p>
<p>25.01 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona50g Pomidor160g Herbata250ml</p>	<p>Ogórkowa z ryżem400ml (SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g (MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Ogórek80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>E:2019.07kcal B:102.35g T:62.81gKw.tł.nas.: 17.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g</p>
<p>26.01 Piątek Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE)</p>	<p>Krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU JĘCZ SEL,MLE) Ryba smażona90g(GLU PSZ,RYB,JAJ)</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU)</p>	<p>E:2245kcal B:85g T:75,17g Kw.tł.nas.:20,1g W:275g</p>

	<p>Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Rzodkiewka80g Herbata250ml</p>	<p>Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z majerankiem 50g Ogórek80g Pomidor80g Twarożek50g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>W tym cukry: 47,7g Bł:28,6g Sól:6,7g</p>
<p>26.01 Piątek Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU JĘCZ 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) Polędwica z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g 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>26.01 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE)</p>	<p>Krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU JĘCZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB)</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)</p>	<p>E:2003kcal B:82g T:62,1g Kw.tł.nas.:16,3g W:262g</p>

	<p>Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy 250ml</p>	<p>Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Twarożek50g (MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>W tym cukry: 46,8g Bł:27,1g Sól:6,2g</p>
<p>26.01 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU JĘCZ 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) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt Twarożek50g (MLE) Jabłko pieczone 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>26.01 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g</p>	<p>Krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU JĘCZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z majerankiem</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Sałatka z brązowego ryżu z pomidorem i</p>

	Rzodkiewka80g Herbata250ml (b/c)	Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml Herbata250ml (b/c)	50g Ogórek80g Pomidor80g Twarożek50g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	oliwą 200g Polędwica sopocka 30g 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			
26.01 Piątek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Kisiel 200ml Herbata250ml	Krupnik z kaszą manną400ml (GLU JĘCZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g (GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	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
26.01 Piątek Dieta podstawowa	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE)	Krupnik z kaszą wiejską400ml (GLU JĘCZ SEL,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek

(C1)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Pomidor80g Herbata250ml	Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy 250ml	PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z majerankiem 50g Sałata160g Twrożek50g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml	Sałatka z brązowego ryżu z pomidorem i oliwą 200g Polędwica sopocka30g Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło15g (MLE) Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	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			
26.01 Piątek Dieta płynna (13)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Makaron rozgotowany z zacierką warzywną i drobiem bez skóry (GLU PSZ)300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejską i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU JĘCZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne, rozmoczone w mleku z dodatkiem polędwicy drobiowej i jajka na miękko300ml (GLU PSZ, JAJ) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:1856.19kcal B:77.91g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.91g W:265.9g W tym cukry: 46.8g Bł:26.32g Sól:5.76g

<p>26.01 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Rzodkiewka80g Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą jaglaną400ml(MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe8 0g Masło15g (MLE) Polędwica z majerankiem 50g Ogórek80g Pomidor80g Twarożek50g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>E:2011kcal B:82g T:73,1g Kw.tł.nas.:16,1g W:277g W tym cukry: 47,7g Bł:26,1g Sól:6,4g</p>
<p>27.01 Sobota Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Płatki owsiane namleku300ml(GLU OWS,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobiona50g Pomidor160g Herbata250ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/80g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa, grubo rozdrobiona 50g Ogórek160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2111.23kcal B:92.12g T:63.14g Kw.tł.nas.: 15.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g</p>
<p>27.01 Sobota Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Płatki owsiane namleku300ml(GLU OWS,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/80g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)</p>	<p>E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 15 .09g</p>

	Szynka parzona,grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml		Polędwica wiśniowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g
27.01 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane namleku300ml(GLU OWS,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/80g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 15.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g
27.01 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane namleku300ml(GLU OWS,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki160g	Koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/80g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa, grubo rozdrobniona	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 15.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g

	Herbata250ml		50g Sałata160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Bł:26,4g Sól:6.2g
27.01 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobiona50g Pomidor160g Herbata250ml (b/c)	Koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż brązowy na gęsto z polewą jogurtową200g/80g(MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa, grubo rozdrobiona 50g Ogórek160g Jabłko150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Sałata80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2281.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 16.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g			

<p>27.01 Sobota Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem 200g/80g Herbata250ml</p>	<p>Marchew gotowana z kaszą manną300g Kisiel200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml</p>	<p>E:2016.6kcal B:87.3g T:60.8g Kw.tł.nas.: 15.4g W:245.1g W tym cukry: 41.9g Bł:24,9g Sól:6.8g</p>
<p>27.01 Sobota Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Płatki owsiane namleku300ml(GLU OWS,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobiona50g Pomidor160g Herbata250ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/80g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa, grubo rozdrobiona 50g Ogórek160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszen no-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożeki30g (MLE) Sałata80g Herbata250ml</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E:2221.23kcal B:94.12g T:65.04g</p>			

	<p>Kw.tł.nas.: 16.13g W:275.12g W tym cukry: 45.11g Bł:28,19g Sól:6.2g</p>			
<p>27.01 Sobota Dieta płynna (13)</p>	<p>Makaron na mleku300ml (postać płynna)(MLE ,GLU PSZ) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami i z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:1916.kcal B:90.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 14.2g W:245.1g W tym cukry: 40.9g Bł:24,7g Sól:6.8g</p>
<p>27.01 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobiona50g Pomidor160g Herbata250ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami 400ml(SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/80g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe8 0gMasło15g (MLE) Polędwica wiśniowa, grubo rozdrobiona 50g Ogórek160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>E:2056.6kcal B:98.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 15.4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.3g</p>

<p>28.01 Niedziela Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g(MLE) Ogórek160g Herbata250ml</p>	<p>Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL) Udko pieczone Surówka z buraczków z dodatkiem cebulki200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>E:2143kcal B:103g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:302g W tym cukry:48g Bł:27,8g Sól:7,6g</p>
<p>28.01 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g</p>
<p>28.01 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE)</p>	<p>Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU)</p>	<p>E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g</p>

(3)	<p>Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g</p>
<p>28.01 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>E:2047kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:290g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g</p>
<p>28.01 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Ryż brązowy na mleku400ml(MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g(MLE) Ogórek160g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Rosół z makaronem razowym m400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko pieczone Surówka z buraczków z dodatkiem cebulki200g Ziemniaki150g Herbata250ml</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Rolada</p>

		(b/c)	<p>Sałata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>drobiowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	<p>E:2283kcal B:104g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:256g W tym cukry:42g Bł:27,8g Sól:7,1g</p>			
<p>28.01 Niedziela Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g(MLE) Ogórek160g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Rosół jarski z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL) Udło gotowane Sos pieczeniowy80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml</p>	<p>Ryż na gęsto z dodatkiem musu z banana250g Jabłko pieczone bez skórki Herbata250ml</p>	<p>E:2021kcal B:94g T:65,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:288g W tym cukry:49g Bł:26,8g Sól:7,6g</p>
<p>28.01 Niedziela Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Rosół z makaonem400ml (GLU PSZ, SEL) Udło gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułeczka maślana35g (GLU PSZ, MLE) Kisiel 200ml Banan150g Herbata250ml</p>

			Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2281kcal B:102g T:65,6g Kw.tł.nas.:16g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g			
28.01 Niedziela Dieta płynna (13)	Ryż na mleku300ml(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 jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:1876kcal B:86,4g T:58,7g Kw.tł.nas.:14,2g W:258g W tym cukry: 42,2g Bł:25,5g Sól:5,8g
28.01 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g(MLE) Polędwica dębowa50g(MLE) Ogórek160g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL) Udka pieczone Surówka z buraczków z dodatkiem cebulki200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g	E:2041kcal B:99g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g

			(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	
29.01 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml	Wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy50g 50g Pomidor160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2177.74kcal B:101.42g T:.71,7g Kw.tł.nas.: 17.1g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g
29.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)	Manna mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml	Wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g	E:2077kcal B:101.42g T:.70,g Kw.tł.nas.: 16.3g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g

			Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	
29.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Mann na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml	Wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GL U ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2077kcal B:101.42g T:.70,g Kw.tł.nas.: 16.3g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g
29.01 Poniedziałek	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE)	Wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU)	E:2077kcal B:101.42g T:.70,g

<p>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Kw.tł.nas.: 16.3g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g</p>
<p>29.01 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka 80g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron razowy200g(GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Polędwica z Warzywami30g Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2287.74kcal B:102.42g T:.71,7g Kw.tł.nas.: 17.1g W:259.25g W tym cukry: 43.18g Bł:30,23g Sól:6.21g			
29.01 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Wielowarzywna z ziemniakami i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	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.: 14.8g W:249.89g W tym cukry: 41.45g Bł:25.99g Sól:5.22g
29.01 Poniedziałek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Polędwica drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Kisiel200ml Herbata250ml	Wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pierś z kurczaka z marchewką gotowaną100g Ryż gotowany200g Herbata250ml	Ryż na gęsto z pieczonym jabłkiem bez skórki 200g/100g Suchary50g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2077.7kcal B:100.4g T:.61,7g Kw.tł.nas.: 17.93g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:25,23g Sól:6.21g

<p>29.01 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Manna mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy50g 50g Pomidor160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Polędwica z warzywami30g Masło 10g(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Ogórek80g Herbata250ml</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa</p>	<p>E:2287.74kcal B:102.42g T:.71,7g Kw.tł.nas.: 17.1g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g</p>			
<p>29.01 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami400ml (SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron bezglutenowy200g</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g</p>	<p>E:2137.1kcal B:101.42g T:.71,7g Kw.tł.nas.: 17.1g W:279.25g W tym cukry:</p>

		Kompot wieloowocowy250ml	Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	46.1g Bł:26,2g Sól:6.21g
--	--	--------------------------	--	--------------------------------