

JADŁOSPIS OD DNIA 26.09.2024 DO DNIA 05.10.2024

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
26.09 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Szpinakowa z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, 180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniak z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g Szynka konserwowa wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2126.11kcal B:95.15g T:71.15g Kw.tł.nas.: 19.23g W:301.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.9g	
26.09 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Szpinakowa z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2074.1kcal B:96.2g T:68.1g Kw.tł.nas.: 18.19g W:289.13g W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.9g	
26.09 Czwartek Dieta łatwostrawna z	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa szpinakowa z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g	E:2012kcal B:80.19g T:64.2g	

ograniczeniem tłuszczu (biegunkowa) (3)	Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Potrąwka drobiowa z warzywami bez skóry, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki 150g Herbata250ml	Budyń 200ml Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 16,2g W:314.13g W tym cukry: 48.98g Bł:21,13g Sól:6.9g
26.09 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa szpinakowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrąwka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Ogórek80g Herbata250ml b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową E:2315kcal B:101g T:76.7g Kw.tł.nas.: 17.5g W:278.9g W tym cukry: 46.4g Bł:28,1g Sól:6.5g				
26.09 Czwartek 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	Zupa szpinakowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Twaróg zmiksowany z mlekiem oraz bananem300ml (MLE) (postać płynna) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:1856.19kcal B:77.91g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.2g W:265.9g W tym cukry: 46.8g Bł:26.32g Sól:5.76g
26.09	Ryż na mleku300ml(MLE)	Zupa szpinakowa z	Pieczywo pszenno-żytnie,	Posiłek

Czwartek Dieta podstawowa (C1)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g Szynka konserwowa wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa E:2251.17kcal B:101.35g T:70.78g Kw.tł.nas.: 18.4g W:296.1g W tym cukry: 47.18g Bł:29,11g Sól:6.7g				
26.09 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Szpinakowa z makaronem bezglutenowym400ml(MLE, SEL) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g (MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniak z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2058.17kcal B:95.1g T:72.58g Kw.tł.nas.: 17.1g W:299.13g W tym cukry: 47.98g Bł:25,18g Sól:6.6g
27.09 Piątek Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor80g	Krupnik z kaszą jęczmienną400ml (GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Mizéria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml	E:2178.6kcal B:104.3g T:76,8g Kw.tł.nas.: 19.9g W:275.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g

	Banan150g Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Sól:6.9g
27.09 Piątek Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Banan150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jęczmienna400ml (GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2071.6kcal B:100.9g T:66,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g
27.09 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (biegunkowa) (3)	Kasza manna300ml (GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Banan150g Budyń200ml Herbata250ml	Krupnik z kaszą manną 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Ryż gotowany z jabłkiem pieczonym bez skórki200g/150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:2018.1kcal B:84.31g T:63.8g Kw.tł.nas.: 16.1g W:259.13g W tym cukry: 43.11g Bł:25,79g Sól:6.6g
27.09 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml (MLE,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g	Krupnik z kaszą jęczmienną400ml (GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos chrzanowo- jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Mizéria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie30g

	Herbata250ml (b/c)	Herbata250ml (b/c)	(b/c)	Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe 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				
27.09 Piątek Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jęczmienna400ml (GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno- razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie30g Sałata80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe 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				
27.09 Piątek Dieta płynna (13)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z wywarem jarskim i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Krupnik z kaszą manną i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	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
27.09 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z	Krupnik z kaszą jaglaną400ml (SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie	E:2141.6kcal B:107.3g T:72,8g Kw.tł.nas.:

	majerankiem50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	jogurtowy80g(MLE) Mizéria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	własnym50g (RYB) Sałata160g Herbata250ml	19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g
28.09 Sobota Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2239.19kcal B:95.19g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.58g W:302.10g W tym cukry: 47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g
28.09 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g
28.09 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (biegunkowa)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Polędwica sopocka50g Jabłko pieczone bez skóry150g Kisiel200ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos , zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Dymia duszona200g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Polędwica drobiowa50g Budyń200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:63.18g Kw.tł.nas.: 15.98g W:269.19g

(3)	Herbata250ml	Ziemniaki 150g Herbata250ml		W tym cukry: 46.18g Bł:23,01g Sól:6.2g
28.09 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Makaron razowy na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa pieczarkowa z ryżem brązowym400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Polędwica dębowa 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa E:2377.74kcal B:104.42g T:.81,7g Kw.tł.nas.: 16.73g W:299.25g W tym cukry: 48.18g Bł:31,23g Sól:6.21g				
28.09 Sobota Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa ryżowa 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: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
28.09 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor80g	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)

	Jabłko150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Masło10g (MLE) Polędwica dębowa 30g Pomidor 80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2302.11kcal B:105.42g T:82,7g Kw.tł.nas.: 16.13g W:306.25g W tym cukry: 49.11g Bł:30,23g Sól:6.4g				
28.09 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml(SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g (MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) 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
29.09 Niedziela Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopočka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2125.29kcal B:98.12g T:73.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:28,29g Sól:6.45g
29.09 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Pomidor bez skórki160g	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE)	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopočka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU	E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:261.12g

	Banan150g Herbata250ml	Salata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	JĘCZ,MLE)	W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g
29.09 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (biegunkowa) (3)	Kasza manna300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z Z kaszą manną400ml (GLU PSZ , SEL) Udko gotowane Lekki sos , zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ) 200g Marchew gotowana200g Ziemniaki 150g Herbata250ml	Ryż na gęsto z dodatkiem musu z banana200g/150g Jabłko pieczone bez skórki Budyń250ml Herbata250ml	E:2024.13kcal B:82.1g T:60.34g Kw.tł.nas.: 16.19g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:22,22g Sól:6.9g
29.09 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (6)	Ryż brązowy na mleku300ml(MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Rosół jarski z makaronem razowym 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopočka50g Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2219kcal B:101,4g T:60,7g Kw.tł.nas.:16,2g W:278g W tym cukry: 42,2g Bł:28,5g Sól:6,8				
29.09 Niedziela Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ)	Rosół z makaronem 400ml (GLU PSZ , SEL)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek

(C1)	Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g	Polędwica sopocka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Bułka maślana 35g (GLU PSZE, MLE) Jabłko150g Kisiel200ml Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2219kcal B:101,4g T:62,7g Kw.tł.nas.:16,2g W:278g W tym cukry: 43,8g Bł:28,5g Sól:6,8g				
29.09 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 i z dodatkiem mięsa drobiowego400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:1781.12kcal B:71.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g Sól:6.01g
29.09 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata160g Herbata250ml	E:2012.91kcal B:95g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g
30.09 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/80g	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g	E:2221.19kcal B:93.1g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.98g

	Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor80g Rzodkiewka80g Jabłko150g Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Salata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W:304.10g W tym cukry: 47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g
30.09 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Pomidor bez skórki80g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/80g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2064.15kcal B:101.90g T:68.02g Kw.tł.nas.: 16.16g W:301.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g
30.09 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (biegunkowa) (3)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ ,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skóry 200g/120g Herbata250ml	Suchary pszenne50g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kasza manna z marchewką gotowaną i drobiem bez skóry300g Budyń200ml Herbata250ml	E:2034.19kcal B:78.90g T:62.18g Kw.tł.nas.: 17.18g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:25,01g Sól:6.2g
30.09 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor80g	Grycikowa z kaszą jagłana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż brązowy, zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/80g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata80g Pomidor80g	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE)

(6)	Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)		Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Szynka konserwowa 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe 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				
30.09 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomido80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryz zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/80g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Szynka konserwowa 30g Pomidor 80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe 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				
30.09 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka ma miękko (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydziana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki i dodatkiem drobiu bez skóry300ml Kisiel200ml Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:1801.87kcal B:76.90g T:65.19g Kw.tł.nas.: 16.02g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g
30.09	Ryz na mleku300ml(MLE)	Grycikowa z kaszą	Pieczywo bezglutenowe 80g	E:2061.10kcal

Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Pieczywo bezglutenowe 80gMasło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor80g Rzodkiewka80g Jabłko150g Herbata250ml	kukurydzianą400ml (SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/80g Kompot jabłkowy250ml	Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	B:93.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g
01.10 Wtorek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Ogórek80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Grochowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wielowocowy	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2219.12kcal B:96.19g T:74.15g Kw.tł.nas.: 18.58g W:300.7g W tym cukry: 48.18g Bł:28,12g Sól:6.32g
01.10 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g
01.10	Kleik ryżowy300m	Zupa ziemniaczana400ml(GLU	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)	E:2021.19kcal

Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (biegunkowa) (3)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Polędwica wiśniowa50g Budyń200ml Banan150g Herbata250ml	PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony , gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Lekki sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki 150g Herbata250ml	Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel200ml Herbata250ml	B:77.90g T:62.118g Kw.tł.nas.: 16.19g W:258.14g W tym cukry: 45.18g Bł:24,01g Sól:6.4g
01.10 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Ogórek80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Serek wiejski 200g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2357.74kcal B:102.12g T:80,7g Kw.tł.nas.: 16.79g W:276.25g W tym cukry: 45.89g Bł:30,13g Sól:6.21g				
01.10 Wtorek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ) (postać płynna) Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot wielowocowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	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
01.10 Wtorek	Ryż na mleku300ml (MLE)	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU	Posiłek Dodatkowy

Dieta podstawowa (C1)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor 160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Serek wiejski200g (MLE) Pomidor 80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2302.11kcal B:102.42g T:.80,7g Kw.tł.nas.: 16.13g W:303.25g W tym cukry: 49.11g Bł:30,23g Sól:6.4g				
01.10 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa grochowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza gryczana150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor 160g 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
02.10 Środa Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor80g Rzodkiewka80g Jabłko150g	Koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2221kcal B:99.3g T:76.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:302.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g

	Herbata250ml			Sól:6.8g
02.10 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki80g Sałata80g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk , polane masłem(GLU PSZ,MLE ,JAJ) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki 200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2221kcal B:99.3g T:76.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:302.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g Sól:6.8g
02.10 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (biegunkowa) (3)	Kasza manna 300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe ,10 sztuk(GLU PSZ,MLE ,JAJ) Dyńa duszona200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Kisiel200ml Herbata250ml	E:2073.55kcal B:82.35g T:64.18g Kw.tł.nas.: 16.45g W:273.13g W tym cukry: 46.91g Bł:24,19g Sól:6.8g
02.10 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 Rzodkiewka80g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Koperkowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z mąki razowej z twarogiem 10 sztuk ,polane masłem(GLU PSZ,MLE ,JAJ) Surówka z marchewki i jabłka200g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica sopocka30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)

Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2389kcal B:114.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:280.1g W tym cukry: 46.9g Bł:28,7g sól:6.9g				
02.10 Środa Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 50g Masło 10g (MLE) Polędwica sopocka30g Pomidor80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2349kcal B:105.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:290.1g W tym cukry: 47.9g Bł:28,7g Sól:6.9g				
02.10 Środa Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą z indyka300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym oraz kaszą kukurydzianą 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1886.87kcal B:90.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:253.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.01g
02.10 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor80g Rzodkiewka80g Jabłko150g Herbata250ml	Koperkowa z makaronem bezglutenowymi400ml(SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowo- jogurtowy80g(MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2053.22kcal B:103.31g T:69.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:263.13g W tym cukry: 47.91g

		Kompot jabłkowy250ml		Bł:27,79g Sól:6.29g
03.10 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy smażony 90g(GLU PSZ, JAJ) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jaglana150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2145.17kcal B:97.16g T:72.14g Kw.tł.nas.: 18.56g W:288.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,29g Sól:6.45g
03.10 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Filet drobiowy w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza jaglana150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g
03.10 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (biegunkowa) (3)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Budyń200ml Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (SEL,MLE,GLU PSZ) Filet drobiowy w sosie 90g/80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki 150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Kisiel250ml Herbata250ml	E:2018.98kcal B:91.03g T:63.14g Kw.tł.nas.: 17.09g W:278.10g W tym cukry: 48.11g Bł:25,22g Sól:6.15g

<p>03.10 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Pomidorowa z ryżem brązowym400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy w sosie ,zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza gryczana150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa E:2213kcal B:98,4g T:67,7g Kw.tł.nas.:16,5g W:278g W tym cukry: 42,2g Bł:28,5g Sól:6,8g</p>				
<p>03.10 Czwartek Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Manna na mleku300ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Filet drobiowy w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza jaglana150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZE, MLE) Jabłko150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa E:2219kcal B:101,4g T:62,7g Kw.tł.nas.:16,2g W:278g W tym cukry: 43,8g Bł:28,5g Sól:6,8g</p>				
<p>03.10 Czwartek Dieta płynna (13)</p>	<p>Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml</p>	<p>E:1781.12kcal B:71.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g</p>

	Kisiel 200ml Herbata250ml		(MLE) Herbata250ml	W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g Sól:6.01g
03.10 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (SEL, MLE) Filet drobiowy w sosie zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jagłana150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Herbata250ml	E:2022.76kcal B:94g T:65.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g
04.10 Piątek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Ryba smażona90g(GLU PSZ,RYB,JAJ) Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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
04.10 Piątek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g	E:2003kcal B:81g T:62,1g Kw.tł.nas.:16,3g W:262g W tym cukry:

	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Sałata80g Pomidor bez skórki80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	46,8g Bł:26,1g Sól:6,2g
04.10 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (biegunkowa) (3)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa50g Kisiel 200ml Jabłko pieczone bez skóry150g Herbata250ml	Wielowarzywna z kaszą manną400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki 150g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z gotowanych warzyw bez skórki50g Ryż gotowany z dodatkiem banana200g/ 150g 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
04.10 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Ogórek80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Wielowarzywna z makaronem razowym400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2285kcal B:87g T:78g Kw.tł.nas.:19,2g W:251g W tym cukry: 43,7g Bł:29,9g Sól:6,8g				
04.10 Piątek Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek

(C1)	ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Szynka konserwowa wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 50g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka30g Pomidor80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza doboweE: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				
04.10 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	Wielowarzywna z makaronem i z 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 miekko300ml (GLU PSZ, JAJ) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:1826.19kcal B:67.91g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.91g W:265.9g W tym cukry: 46.8g Bł:26.32g Sól:5.76g
04.10 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Ogórek80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem bezglutenowym400ml(SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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

		Kompot jabłkowy 250ml		
05.10 Sobota Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Rzodkiewka80g Banan150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2131.14kcal B:101.42g T:..71,7g Kw.tł.nas.: 17.1g W:299.25g W tym cukry: 46.18g Bł:29,23g Sól:6.21g
05.10 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml(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) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2157.14kcal B:101.42g T:..72,7g Kw.tł.nas.: 17.2g W:297.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g
05.10 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (biegunkowa) (3)	Kasza manna 300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) 50g(JAJ) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne580g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary 30g(GLU PSZ) Herbata250ml	E:2071.7kcal B:92.4g T:..67,3g Kw.tł.nas.: 16.53g W:281.25g W tym cukry: 45.18g Bł:23,23g

				Sól:6.19g
05.10 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Rzodkiewka80g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Grycikowa z kaszą jaglaną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron razowy200g(GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Twrozek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa E:2357.71kcalB:104.12g T:72,5g Kw.tł.nas.: 17.2g W:259.15g W tym cukry: 45.18g Bł:30,23g Sól:6.21g				
05.10 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło10g(MLE) Twarożek 30g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa E:2298.7kcal B:102.42g T:72,9g kw.tł.nas.: 17.2g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g				

<p>05.10 Sobota Dieta płynna (13)</p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml</p>	<p>Grysikowa z kasza manną i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml</p>	<p>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</p>
<p>05.10 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Rzodkiewka80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Grysikowa z kaszą jaglaną400ml (SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron bezglutenowy200g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Herbata250ml</p>	<p>E:2117.1kcal B:101.12g T:71,7g Kw.tł.nas.: 17.1g W:278.25g W tym cukry: 46.1g Bł:26,2g Sól:6.21g</p>