

JADŁOSPIS OD DNIA 26.10.2024 DO DNIA 04.11.2024

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
26.10 Sobota Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Fasolowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g (MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Ogórek160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2111.23kcal B:92.12g T:63.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	E:2221.12kcal B:103.15g T:89.7g Kw.tł.nas.: 17.78g W:298.9g W tym cukry: 43.8g Bł:28.45g Sól:6.91g
26.10 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
26.10 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Pomidor bez skórki160g	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:267.12g	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g

	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml			W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
26.10 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Pomidor bez skórki160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	E:2221.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
26.10 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż brązowy na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g (MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Ogórek160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Sałata80g Herbata250ml (b/c)	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2281.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g				POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Sałatka z ryżem brązowym pomidorami i cebulką, skropiona oliwą120g Herbata 250ml (b/c)
26.10 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skóry200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Kisiel200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2086.6kcal B:87.3g T:60.8g Kw.tł.nas.: 17.4g W:248.1g W tym cukry: 41.9g Bł:25,9g Sól:6.8g	
26.10 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g (MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek30g	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.71g W:278.9g W tym cukry: 42.8g Bł:28.97g Sól:6.22g

				(MLE) Pomidor80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2271.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:285.12g W tym cukry: 46.10g Bł:28,19g Sól:6.2g				
26.10 Sobota Dieta płynna (13)	Makaron na mleku300ml (postać płynna)(MLE ,GLU PSZ) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
26.10 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Rzodkiewka80g Jabłko150g	Zupa ziemniaczana 400ml(SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą 200g/80g (MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Ogórek160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2056.6kcal B:104.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g	E:1995.17kcal B:99.15g T:61.7g Kw.tł.nas.: 14.71g W:266.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.02g

	Herbata250ml			Sól:6.8g	Sól:6.17g
27.10 Niedziela Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Banan 150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica sopočka50g 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2287.89kcal B:94.23g T:92.19g Kw.tł.nas.: 20.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:30,19g Sól:6.77g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
27.10 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopočka 50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2117.86kcal B:94.23g T:80.12g Kw.tł.nas.: 16.32g W:279.11g W tym cukry: 50.12g Bł:27,11g Sól:6.07g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
27.10 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Salata160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopočka 50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2117.86kcal B:94.23g T:80.12g Kw.tł.nas.: 16.32g W:279.11g W tym cukry: 50.12g Bł:27,11g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g

		Kompot wieloowocowy250ml		Sól:6.07g	Bł:28,93g Sól:6.32g
27.10 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopočka 50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	E:2117.86kcal B:94.23g T:80.12g Kw.tł.nas.: 16.32g W:279.11g W tym cukry: 50.12g Bł:27,11g Sól:6.07g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamk65g 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski 200g (MLE)
27.10 Niedziela Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata 250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym m400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata 250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopočka50g 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Polędwica z indyka30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2286.86kcal B:96.23g T:81.12g Kw.tł.nas.: 17.12g				E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.:

	W:249.11g W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g				21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
27.10 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z kaszą manną400ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane Lekki sos80(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2077.7kcal B:89.4g T:61,7g Kw.tł.nas.: 17.2g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:25,23g Sól:6.21g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski 200g (MLE)
27.10 Niedziela Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica sopočka50g 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica z warzywami30g Sałata80g Herbata250ml	

Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2286.86kcal B:96.23g T:81.12g Kw.tł.nas.: 17.12g W:249.11g W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g				E:1976.12kcal B:89.9g T:71.76g Kw.tł.nas.: 20.8g W:267.54g W tym cukry: 45.45g Bł:26,93g Sól:6.42g
27.10 Niedziela Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem piersi gotowanej i warzyw bez skóry300ml(GLU PSZ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem z dodatkiem mięsa drobiowego400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Kasza manna zmikсовana z zacierką jarzynową i jajkiem na miekko300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmikсовany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1916kcal B:79,7g T:59,9g Kw.tł.nas.:13,8g W:258g W tym cukry: 43,1g Bł:25,7g Sól:5,8g	E:2111.97kcal B:113.97g T:72.1g Kw.tł.nas.: 21.8g W:278.55g W tym cukry: 50.45g Bł:28,09g Sól:6.12g
27.10 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Herbata250ml	E:2117.86kcal B:94.23g T:80.12g Kw.tł.nas.: 16.32g W:279.11g W tym cukry: 50.12g Bł:28,11g Sól:6.07g	E:2323.77kcal B:107.21g T:74.85g Kw.tł.nas.: 20.65g W:293.22g W tym cukry: 51.49g Bł:29,09g Sól:7.19g

28.10 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manna400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem60g (GLU PSZ, MLE, JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2221.19kcal B:93.1g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:304.10g W tym cukry: 47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
28.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manna400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g 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	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
28.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g	Zupa grysikowa z kaszą manna400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB)	E:2064.15kcal B:101.90g T:68.02g Kw.tł.nas.: 16.16g W:301.11g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g

	Herbata250ml	skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
28.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2161.19kcal B:101.90g T:71.12g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 49.18g Bł:26.01g Sól:6.2g	POSILEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Wafle ryżowe 20g
28.10 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Patki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Grysikowa z kaszą jaglaną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron pełnoziarnisty z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g(GLU PSZ, MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Szynka konserwowa 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2261.19kcal B:102.90g T:73.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:287.11g				E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g

	W tym cukry: 45.18g Bł:29,17g Sól:6.32g				W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
28.10 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (11) (biegunkowa)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ ,MLE) Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki200g/60g(GLU PSZ, MLE, JAJ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:75.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.15g W:278.3g W tym cukry: 46.18g Bł:25,01g Sól:6.2g	POSILEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g
28.10 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem120g(GLU PSZ, MLE, JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g 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 doboweE:2321.17kcalB:97.23gT:75.18gKw.tł.nas.:19.92gW:311.10gW tym cukry:50.19gBł:29,17gSól:6.43g					
28.10 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka ma miękko	Zupa grysikowa z kaszą manną i 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	E:2013.12kcal B:101.34g T:71.78g Kw.tł.nas.: 20.09g W:251.89g

	(postać płynna)300ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata250ml			W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	W tym cukry: 49.02g Bł:28,04g Sól:6.42g
28.10 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe 80gMasło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą jaglaną 400ml (SEL, MLE) Makaron bezglutenowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2061.10kcal 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	E:2155.11kcal B:87.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:273.86g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.43g
29.10 Wtorek Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Rzodkiewka80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Kapuśniak z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wielooowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)	E:2156.97kcal B:101.35g T:74.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.7g	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
29.10 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g	E:2056.22kcal B:103.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g

	Bnana150g Herbata250ml	Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Bł:26,13g Sól:6.7g	Bł:28,29g Sól:6.47g
29.10 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Bnana150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy 250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2056.22kcal B:103.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
29.10 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy 250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	E:2056.22kcal B:103.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka Grahamka65g (GLU PSZ) Pasta Twarogowa 50g (MLE) Herbata(b/c)
29.10 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE)	Kapuśniak z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany	Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g	

przyswajalnych węglowodanów (6)	Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)	Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	(GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Pasta twarogowa30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2256.87kcal B:112.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.45g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g				E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:293.12g W tym cukry: 50.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
29.10 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami bez skóry, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary pszenne50g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2001.68kcal B:103.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.49g W:289.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,23g Sól:6.01g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka Grahamka65g (GLU PSZ) Pasta Twarogowa 50g (MLE) Herbata250ml
29.10 Wtorek Dieta podstawowa	Makaron na mleku mleku300ml (GLU PSZ,MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g	Posiłek Dodatkowy podwieczorek	

(C1)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy 250ml	(MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Połędwica sopocka 30g Sałata80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:22536.87kcal B:112.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.15g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g				E:1818.19kcal B:71.23g T:64.14g Kw.tł.nas.: 16.32g W:241.12g W tym cukry: 40.12g Bł:26,20g Sól:6.19g
29.10 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	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)(postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Ryż gotowany na mleku zmiksowany z bananem300ml(MLE) Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:1874.22kcal B:85.35g T:68.18g Kw.tł.nas.: 17.42g W:299.13g W tym cukry: 45.98g Bł:25,21g Sól:5.22g	E:2011.98kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:255.12g W tym cukry: 42.99g Bł:27,01g Sól:6.23g
29.10 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g	Kapuśniak z ziemniakami400ml(SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie	E:2159.97kcal B:101.35g T:72.18g Kw.tł.nas.: 17.45g	E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g

	Rzodkiewka80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	jogurtem naturalnym, duszony180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza jaglana150g Kompot wielooowocowy250ml	50g Pomidor160g Herbata250ml	W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:27,13g Sól:6.7g	W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g
30.10 Środa Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Dyniowa 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) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2266kcal B:112.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 50.9g Bł:28,7g Sól:6.8g	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
30.10 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Dyniowa 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) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2266kcal B:112.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	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
30.10 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk (GLU PSZ,MLE ,JAJ) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki 200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:2266kcal B:112.3g T:76.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g	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

			Herbata250ml	Sól:6.8g	Sól:6.77g
30.10 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Dyniowa 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) Połędwica drobiowa z majerankiem 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2266kcal B:112.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Kromka chleba Graham 30g (GLU PSZ) Jajko na miękko (JAJ)
30.10 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa dyniowa z makaronem razowy400ml(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) Połędwica drobiowa z majerankiem 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Połędwica dębowa 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2389kcal B:114.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:280.1g W tym cukry: 46.9g				E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g

	Bł:28,7g Sól:6.9g				Bł:29,17g Sól:6.77g
30.10 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe 10 sztuk ,polane masłem(GLU PSZ,MLE ,JAJ) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Budyń200ml Herbata250ml	E:2073.55kcal B:109.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.45g W:273.13g W tym cukry: 46.91g Bł:26,79g Sól:6.89g	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
30.10 Środa Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Dyniowa 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) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Polędwica dębowa30g Pomidor80g Herbata250ml	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2349kcal B:111.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:290.1g W tym cukry: 47.9g Bł:28,7g Sól:6.9g				

<p>30.10 Środa Dieta płynna (13)</p>	<p>Manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml (MLE)(postać płynna) Kisiel 200ml Herbata 250ml</p>	<p>Zupa dyniowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy 250ml</p>	<p>Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml (GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml (MLE) Herbata 250ml</p>	<p>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</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>30.10 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Pieczywo bezglutenowe 80g Masło 15g (MLE) Pasta twarogowa 50g (MLE) Pomidor 160g Jabłko 150g Herbata 250ml</p>	<p>Zupa dyniowa z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany 90g Sos pieczeniowo-jogurtowy 80g (MLE) Surówka z marchewki i jabłka 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy 250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe 80g Masło 15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Sałata 160g Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml</p>	<p>E: 2053.22kcal B: 103.31g T: 69.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W: 263.13g W tym cukry: 47.91g Bł: 27,79g Sól: 6.29g</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>31.10 Czwartek Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Ryż na mleku 300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica z warzywami 50g Sałata 80g Ogórek 80g Banan 150g Herbata 250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (GLU PSZ, GLU JĘCZ, MLE, SEL) Pulpet mielony, gotowany 90g (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (MLE, GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego 200g Ziemniaki z kopekiem 150g Kompot wieloowocowy 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Galareta drobiowa 80g Pomidor 160g Kawa zbożowa na mleku 200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)</p>	<p>E: 2253kcal B: 103.3g T: 78.8g Kw.tł.nas.: 18.4g W: 306.1g W tym cukry: 49.9g Bł: 28,7g Sól: 6.8g</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>31.10 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Sałata 160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Pulpet mielony, gotowany90g(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z kopekiem150g Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2253kcal B:103.3g T:78.8g Kw.tł.nas.: 18.4g W:306.1g W tym cukry: 49.9g Bł:28,2g Sól:6.8g</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>31.10 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Sałata 160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Pulpet mielony, gotowany90g(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z kopekiem150g Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2253kcal B:103.3g T:78.8g Kw.tł.nas.: 18.4g W:306.1g W tym cukry: 49.9g Bł:28,2g Sól:6.8g</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>31.10 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Sałata 160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Pulpet mielony, gotowany90g(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ)) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z kopekiem150g Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml</p>	<p>E:2253kcal B:103.3g T:78.8g Kw.tł.nas.: 18.4g W:306.1g W tym cukry: 49.9g Bł:28,2g Sól:6.8g</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>31.10 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU OW, MLE) Chleb graham 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica z warzywami 50g Sałata 160g Jabłko 150g Herbata 250ml (b/c)</p>	<p>Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (GLU PSZ, GLU JĘCZ, MLE, SEL) Pulpet mielony, gotowany 90g (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (MLE, GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego 200g Ziemniaki z kopekiem 150g Herbata 250ml (b/c)</p>	<p>Chleb graham 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Galareta drobiowa 80g Pomidor 160g Kawa zbożowa na mleku 200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE) (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham 50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Rolada Drobiowa 30g Ogórek 80g Herbata 250ml (b/c)</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny 120g (MLE) Jabłko 150g</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa</p>	<p>E: 2389 kcal 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</p>				
<p>31.10 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Szyńka drobiowa 50g Kisiel 200ml Banan 150g Herbata 250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą manną 400ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Pierś gotowana 50g 50g Suchary 30g (GLU PSZ) Kisiel 200ml Herbata 250ml</p>	<p>E: 2073.55 kcal B: 98.35g T: 72.88g Kw.tł.nas.: 18.45g W: 273.13g W tym cukry: 46.91g Bł: 26,79g Sól: 6.89g</p>	<p>E: 2101.19 kcal 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>

31.10 Czwartek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z kopekiem150g Kompot wielooowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZE,MLE) Jabłko150g Kisiel200ml Herbata250ml	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2349kcal B:111.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:290.1g W tym cukry: 47.9g Bł:28,7g Sól:6.9g				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
31.10 Czwartek Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmaczone w mleku z szynką drobiową300ml(MLE) (postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Krupnik z kaszą mianą i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot wielooowocowy250ml	Pierś gotowana, zmiksowana z przecierką jarzynową 300ml(GLU PSZ) 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	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
31.10 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z warzywami50g	Krupnik z kaszą jaglaną400ml(MLE,SEL) Pulpet mielony, gotowany90g(JAJ)	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g	E:2053.22kcal B:103.31g T:69.18g Kw.tł.nas.:	E:2215.98kcal B:101.67g T:80,1g Kw.tł.nas.:

	Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z kopekiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pomidor160g Herbata250ml	17.45g W:263.13g W tym cukry: 47.91g Bł:27,79g Sól:6.29g	19.33g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
01.11 Piątek Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku400ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Ryba smażona90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem cebulki i oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Herbata250ml	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 Sól:6.9g	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
01.11 Piątek Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku400ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny, gotowany90g (RYB,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalny80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Herbata250ml	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	E: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
01.11 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku400ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g	Szpinakowa z ryżem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny, gotowany90g(RYB,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalny80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Herbata250ml	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g	E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g

	Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml		Bł:27,1g Sól:6.7g	Bł:30,01g Sól:6.16g
01.11 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku400ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny, gotowany90g(RYB,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalny80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Herbata250ml	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	E: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
01.11 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Makaron razowy na mleku400ml(MLE,GLU PSZ) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Szpinakowa z ryżem brązowym400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Pulpet rybny, gotowany90g(RYB,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalny80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem cebulki i oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g(MLE) Polędwica z majerankiem 30g Sałata80g Herbata250ml (b/c)	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2276.65kcal B:112.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g				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

01.11 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Ryż gotowany z jabłkiem pieczonym bez skorki200g/80g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś z indyka50g Kisiel200ml Suchary30g(GLU PSZ) Herbata250ml	E:2000.5kcal B:87.35g T:72.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:258.13g W tym cukry: 42.11g Bł:25,79g Sól:6.6g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)
01.11 Piątek Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku400ml(MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Pulpet rybny, gotowany90g (RYB,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalny80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Polędwica z majerankiem 30g Pomidor80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				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:6.89g				Sól:6.06g
01.11 Piątek Dieta płynna (13)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:18176.9kcal B:72.9g T:61.7g Kw.tł.nas.: 16.5g W:237.89g W tym cukry: 40.42g Bł:25.49g Sól:5.22g	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
01.11 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem400ml (SEL,MLE) Pulpet rybny, gotowany90g (RYB,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalny80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Twarożek50g (MLE) Herbata250ml	E:2141.6kcal B:107.3g T:72,8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
02.11 Sobota Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta jaj50g(JAJ) Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g 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	

02.11 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wielooowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2055.12kcal B:97.08g T:62.14g Kw.tł.nas.: 18.11g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g
02.11 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wielooowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2055.12kcal B:97.08g T:62.14g Kw.tł.nas.: 18.11g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g
02.11 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wielooowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	E:2055.12kcal B:97.08g T:62.14g Kw.tł.nas.: 18.11g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g
02.11 Sobota	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)	Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta jaj50g(JAJ) Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron razowy200g(GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)	(MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Połudwica wiśniowa 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2297.02kcal B:119.08g T:74.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:248.76g W tym cukry: 46.11g Bł:27,12g Sól:6.23g			
02.11 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Jarzynowa z ziemniakami400ml((GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry250g/100g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Kisiel200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g
02.11 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE)	Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana

	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml	Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	35g (GLU PSZE,MLE) Jabłko150g Kisiel200ml Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2285.29kcal B:98.12g T:75.10g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,29g Sól:6.55g			
02.11 Sobota Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmixowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Jarzynowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1886.87kcal B:87.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g Sól:6.01g
02.11 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Pasta jaj50g(JAJ) Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Jarzynowa z ziemniakami400ml(SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron bezglutenowy200g	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Herbata250ml	E:2012.98kcal B:96.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g

		Kompot wieloowocowy250ml		Bł:26,22g Sól:6.13g
03.11 Niedziela Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml	Pomidorowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy ,smażony 90g(GLU PSZ,JAJ) Surówka z buraczków z jabłkiem i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2135.22kcal B:97.8g T:74.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:276.3g W tym cukry: 49.11g Bł:28,1g Sól:6.45g
03.11 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Pomidorowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE,GLU PSZ) Surówka z buraczków z jabłkiem bez skórki i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2051.2kcal B:96.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:264.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,22g Sól:6.23g
03.11 Niedziela	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Pomidorowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Filet drobiowy, gotowany90g	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, grubo rozdrobiona	E:2051.2kcal B:96.08g T:63.1g Kw.tł.nas.:

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Surówka z buraczków z jabłkiem bez skórki i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	18.12g W:264.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,22g Sól:6.23g
03.11 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Pomidorowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2051.2kcal B:96.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:264.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,22g Sól:6.23g
03.11 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Jabłko 150g Herbata250ml(b/c)	Pomidorowa z makaronem razowym400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Surówka z buraczków z jabłkiem bez skórki i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Serek wiejski 200g(MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2219kcal B:101,4g T:60,7g			

	<p>Kw.tł.nas.:16,2g W:278g W tym cukry: 42,2g Bł:28,5g Sól:6,8g</p>			
<p>03.11 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem400ml (SEL,MLE,GLU PSZ) Filet drobiowy w lekkim sosie 90g/80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Kisiel250ml Suchary30g(GLU PSZ) Herbata250ml</p>	<p>E:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.:18.09g W:278.12g W tym cukry:48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g</p>
<p>03.11 Niedziela Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE,GLU PSZ) Surówka z buraczków z jabłkiem bez skórki i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Serek wiejski 200g(MLE) Pomidro80g Herbata250ml</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			
03.11 Niedziela Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Pomidorowa z makaronem i 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:1881.82kcal B:81.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g Sól:6.01g
03.11 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Ser żółty50g Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml	Pomidorowa z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL, MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z buraczków z jabłkiem i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2012.91kcal B:92.6g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g
04.11	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)			E:2071.6kcal

Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka 80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	B:101.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.5g W:272.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g
04.11 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g
04.11 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g

		Kompot wieloowocowy250ml		
04.11 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	E:2079.6kcal B:98.1g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g
04.11 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka 80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Grycikowa z kaszą jaglaną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z brązowym ryżem ,mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Rolada drobiowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2376kcal B:97g T:74,7g Kw.tł.nas.:18,1g W:255g W tym cukry: 43,1g			

	Bł:28,1g Sól:6,9g			
04.11 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż gotowany z musem bananowym200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel 200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2026.6kcal B:89.3g T:63.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g
04.11 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g Kompot wielooowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno- żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa30g Sałata80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2352kcal B:97g T:73,7g Kw.tł.nas.:18,2g W:253g W tym cukry:			

	43,5g Bł:28,1g Sól:6,9g			
04.11 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i piersią gotowaną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:1811.6kcal B:72.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:251.1g W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g
04.11 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka 80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydziną400ml(SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Herbata250ml	E:2076.6kcal B:97.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,1g Sól:6.5g