

## JADŁOSPIS OD DNIA 06.10.2024 DO 15.10.2024

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
06.10 Niedziela Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty50g( <b>MLE</b> ) Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) Udko pieczone Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wiśniowa 50g Sałata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:2143kcal B:103g T:73,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:302g W tym cukry:48g Bł:27,8g Sól:7,6g	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
06.10 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wiśniowa 50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	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
06.10 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> )	Rosół jarski z makaronem 400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) Udko gotowane	Pieczywo pszenne 80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wiśniowa	E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.:

tłuszczu (3)	Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
06.10 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2047kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:290g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	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
06.10 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml( GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g ( MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym m400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g ( MLE) Krakowska parzona 30g Sałata80g Herbata250ml (b/c)	<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Sałatka z ryżem brązowym pomidorami i cebulką, skropiona oliwą120g Herbata 250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2283kcal B:104g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:256g W tym cukry:42g Bł:27,8g Sól:7,1g					

<b>06.10 Niedziela Dieta eliminacyjna (11) (biegunkowa)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z kaszą manną400ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Udko gotowane Lekki sos80g( <b>GLU PSZ</b> )  Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka50g Budyń200ml Herbata250ml	E:2001kcal B:92g T:65,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:288g W tym cukry:49g Bł:24,8g Sól:6,6g	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
<b>06.10 Niedziela Dieta podstawowa (C1)</b>	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wiśniowa 50g Sałata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Bułeczka maślana35g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kisiel 200ml Banan150g Herbata250ml	<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczerek Bułeczka maślana 60g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Kisiel owocowy 250ml Herbata 250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową E:2281kcal B:102g T:65,6g Kw.tł.nas.:16g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g					
<b>06.10 Niedziela Dieta płynna (13)</b>	Ryż na mleku300ml( <b>MLE</b> ) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem z dodatkiem mięsa drobiowego400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml ( <b>MLE</b> ) (postać płynna) Budyń200ml ( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:1876kcal B:86,4g T:58,7g Kw.tł.nas.:14,2g W:258g W tym cukry: 42,2g Bł:25,5g Sól:5,8g	E:1995.17kcal B:99.15g T:61.7g Kw.tł.nas.: 14.71g W:266.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.02g Sól:6.17g
<b>06.10 Niedziela</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g	Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml ( <b>SEL</b> )	Pieczywo bezglutenowe 80g	E:2041kcal B:99g	E:2128.17kcal B:103.15g

<b>Dieta bezglutenowa (11/GL)</b>	Masło15g(MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jabtko150g Herbata250ml	Udko pieczone Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata80g Pomidor80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	T:73,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.71g W:278.9g W tym cukry: 42.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
<b>07.10 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)</b>	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g ( MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Kapuśniak z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem60g (GLU PSZ, MLE, JAJ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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: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
<b>07.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)</b>	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g ( MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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: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
<b>07.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</b>	Ryż na mleku300ml( <b>MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml ( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/120g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta rybna z chudego filetu50g( <b>RYB</b> ) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	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: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
<b>07.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b>	Ryż na mleku300ml( <b>MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml ( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Makaron z białym serem i pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Sałata160g 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	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
<b>07.10 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	Patki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW,MLE</b> ) Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Rolada drobiowa50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Kapuśniak z ziemniakami400ml ( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Makaron pełnoziarnisty z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta rybna z chudego filetu50g( <b>RYB</b> ) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Chleb graham 50g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło10g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 30g Pomidor80g	<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Bułka grahamk65g 65g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> )

			(b/c)	Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową E:2261.19kcal B:102.90g T:73.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:287.11g W tym cukry: 45.18g Bł:29,17g Sól:6.32g					
<b>07.10 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (11) (biegunkowa)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g ( MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (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	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
<b>07.10 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)</b>	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g ( MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor 80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem120g(GLU PSZ, MLE, JAJ) Kompot wielooowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g ( MLE) Szynka konserwowa 30g Pomidor 80g Herbata250ml	<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Bułka grahamka 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski 200g (MLE)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową E:2321.17kcal B:97.23g T:75.18g Kw.tł.nas.: 19.92g W:311.10g W tym cukry: 50.19g Bł:29,17g Sól:6.43g					
<b>07.10 Poniedziałek</b>	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE)	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez	Puree z ziemniaków, marchewki i dodatkiem	E:1801.87kcal B:76.90g	E:1976.12kcal B:89.9g

<b>Dieta płynna (13)</b>	Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka ma miękko (postać płynna)300ml ( <b>GLU PSZ ,JAJ,MLE</b> ) Herbata250ml	skóry400ml ( <b>GLU PSZ SEL,MLE, GLU JĘCZ</b> )(postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	drobiu bez skóry300ml Kisiel200ml Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	T:65.19g Kw.tł.nas.: 16.02g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	T:71.76g Kw.tł.nas.: 20.8g W:267.54g W tym cukry: 45.45g Bł:26,93g Sól:6.42g
<b>07.10 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)</b>	Ryż na mleku300ml( <b>MLE</b> ) Pieczywo bezglutenowe 80gMasło15g ( <b>MLE</b> ) Rolada drobiowa50g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Kapuśniak z ziemniakami400ml ( <b>SEL,MLE</b> ) Makaron bezglutenowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g( <b>MLE</b> ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta rybna z chudego filetu50g( <b>RYB</b> ) Sałata160g 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: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
<b>08.10 Wtorek Dieta podstawowa (1)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy50g Rzodkiewka80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniak z koperkami150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Pomidor80g Sałata80g 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	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
<b>08.10 Wtorek</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> )	Zupa ryżowa400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> )	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g	E:2074.1kcal B:96.2g	E:2113.34kcal B:105.34g

<b>Dieta łatwostrawna (2)</b>	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	T:68.1g Kw.tł.nas.: 18.19g W:289.13g W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.9g	T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
<b>08.10 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	E:2074.1kcal B:96.2g T:68.1g Kw.tł.nas.: 17.19g W:289.13g W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.9g	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
<b>08.10 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	E:2074.1kcal B:95.2g T:68.1g Kw.tł.nas.: 17.19g W:287.13g W tym cukry: 48.71g Bł:26,3g Sól:6.9g	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
<b>08.10</b>	Płatki owsiane na	Zupa ogórkowa z ryżem	Chleb graham 80g( <b>GLU</b> )	<b>Posiłek</b>	<b>POSIŁEK</b>

<b>Wtorek</b> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> ))Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	brązowym400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml( <b>b/c</b> )	<b>PSZ</b> Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	<b>dodatkowy</b> podwieczorek Chleb Graham50g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wiśniowa 30g Ogórek80g Herbata250ml <b>b/c</b> )	<b>DODATKOWY</b> Podwieczorek Jogurt naturalny120g ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 20g
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe 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					
<b>08.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta płynna (13)</b>	Manna na mleku 300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Ryż biały, rozgotowany ,przetarty z zupą jarzynową i drobiem bez skóry 300ml(postać płynna) Budyń200ml ( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> )(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Twaróg zmiksowany z mlekiem oraz bananem300ml ( <b>MLE</b> ) (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	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
<b>08.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta podstawowa (C1)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Jabłko150g	Zupa ryżowa400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Twarożek50g( <b>MLE</b> )	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g	<b>POSIŁEK</b> <b>DODATKOWY</b> Podwieczorek Jogurt naturalny120g ( <b>MLE</b> ) Jabłko150g

	Herbata250ml		Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml	(MLE) Polędwica Wiśniowa30g Pomidor80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe 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					
<b>08.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta eliminacyjna</b> <b>(11) (biegunkowa)</b>	Kasza manna 300ml( <b>GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos80g( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Kurczak w galarecie50g Kisiel200ml Herbata250ml	E:2022kcal B:80.11g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16,3g W:289.13g W tym cukry: 47.98g Bł:25,13g Sól:6.5g	
<b>08.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta bezglutenowa</b> <b>(11/GL)</b>	Makaron bezglutenowy na mleku300ml( <b>MLE</b> ) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ciecierzycy50g Rzodkiewka80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml( <b>SEL, MLE</b> ) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Pomidor80g Sałata80g 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	E:2013.12kcal B:101.34g T:71.78g Kw.tł.nas.: 20.09g W:251.89g W tym cukry: 49.02g Bł:28,04g Sól:6.42g
<b>09.10</b> <b>Środa</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(1)</b>	Manna na mleku300ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> )	Zupa dyniowa z makaronem400ml( <b>GLU PSZ,MLE,SEL</b> ) Kluski śląskie 10 sztuk( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Sałatka ryżowa z	E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g	E:2155.11kcal B:87.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g

	Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Ogórek80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	warzywami 120g Sałata80g Pomidor80g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	W:273.86g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.43g
<b>09.10</b> <b>Środa</b> <b>Dieta łatwostrawna</b> <b>(2)</b>	Manna na mleku300ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem 400ml( <b>GLU PSZ,MLE,SEL</b> ) Kluski śląskie10 sztuk( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	E:2076.6kcal B:99.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	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
<b>09.10</b> <b>Środa</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem</b> <b>tłuszczu</b> <b>(3)</b>	Manna na mleku300ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem 400ml( <b>GLU PSZ,MLE,SEL</b> ) Kluski śląskie10 sztuk( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	E:2076.6kcal B:99.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	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

<p><b>09.10</b> <b>Środa</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b></p>	<p>Manna na mleku300ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>) Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g ( <b>MLE</b>) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z makaronem 400ml(<b>GLU PSZ,MLE,SEL</b>) Kluski śląskie10 sztuk(<b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b>) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE</b>) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g</p>	<p>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</p>
<p><b>09.10</b> <b>Środa</b> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(<b>GLU OW, MLE</b>) Chleb graham80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g ( <b>MLE</b>) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml(<b>b/c</b>)</p>	<p>Zupa dyniowa z makaronem razowym400ml(<b>GLU PSZ,MLE,SEL</b>) Kluski śląskie z mąki pełnoziarnistej 10 sztuk(<b>GLU PSZ, GLU ŻYT, JAJ, MLE</b>) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE</b>) Surówka z marchewki i jabłka200g Herbata250ml (<b>b/c</b>)</p>	<p>Chleb graham80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Sałatka ryżowa z ryżem brązowym i z warzywami 120g Pomidor80g Sałata80g Kawa zbożowa na mleku200ml(<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE</b>) (<b>b/c</b>)</p>	<p><b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb Graham50g (<b>GLU PSZ</b>) Masło 10g (<b>MLE</b>) Serek wiejski200g (<b>MLE</b>) Ogórek80g Herbata250ml (<b>b/c</b>)</p>	
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2156kcal B:112.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 16.4g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:29,79g Sól:6.5g 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</p>					
<p><b>09.10</b> <b>Środa</b> <b>Dieta eliminacyjna</b></p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Suchary pszenne60g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Zupa dyniowa z makaronem400ml(<b>GLU PSZ,MLE,SEL</b>)</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g</p>	<p>E:2026.6kcal B:87.3g T:65.8g</p>	<p><b>POSIŁEK</b> <b>DODATKOWY</b></p>

<b>(11)</b> <b>(biegunkowa)</b>	Szynka drobiowa50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Kluski śląskie10 sztuk( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Marchew gotowana200g Herbata250ml	( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka50g Budyń200ml Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 16.2g W:262.1g W tym cukry: 46.9g Bł:23,5g Sól:6.8g	Podwieczorek Bułka Grahamka65g <b>(GLU PSZ)</b> Pasta Twarogowa 50g ( <b>MLE</b> ) Herbata250ml
<b>09.10</b> <b>Środa</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(C1)</b>	Manna na mleku300ml <b>(GLU PSZ, MLE)</b> Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem 400ml( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kluski śląskie10 sztuk( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor80g Sałata80g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE</b> )	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Bułka maślana 35g <b>(GLU PSZ, MLE)</b> Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową E:2223kcal B:112.35g T:75.18g Kw.tł.nas.:18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g 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					
<b>09.10</b> <b>Środa</b> <b>Dieta płynna</b> <b>(13)</b>	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenne rozmocone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa dyniowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:1811.6kcal B:76.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:252.1g W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g	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
<b>09.10</b> <b>Środa</b> <b>Dieta bezglutenowa</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> )	Zupa dyniowa z makaronem bezglutenowym400ml <b>(MLE, SEL)</b>	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> )	E:2076.6kcal B:100.1g T:61.8g	E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g

( 11/GL)	Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Filet drobiowy, gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Sałátka ryżowa z warzywami 120g Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,1g Sól:6.5g	Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g
10.10 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g ( MLE) Połędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Jarzynowa z ziemniakami i fasolą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z dodatkiem cebulki i oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy50g Pomidor80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2087.6kcal B:98.2g T:64.9g Kw.tł.nas.: 16.9g W:282.1g W tym cukry: 46.9g Bł:27,7g 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
10.10 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Połędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Jarzynowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2075.3kcal 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	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
10.10 Czwartek Dieta łatwostrawna z	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU	Jarzynowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g	E:2075.3kcal B:99.3g T:63.2g	<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek

<p>ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p><b>PSZ)</b> Masło15g (<b>MLE)</b> Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Pulpet mielony, gotowany90g(<b>GLU PSZ, JAJ)</b> Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE)</b> Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(<b>GLU JĘCZ)</b> Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>(<b>MLE)</b> Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(<b>MLE)</b> Herbata250ml</p>	<p>Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g</p>	<p>Kromka chleba Graham 30g (<b>GLU PSZ)</b> Jajko na miękko (<b>JAJ)</b></p>
<p>10.10 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(<b>GLU PSZ, MLE)</b> Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ)</b> Masło15g (<b>MLE)</b> Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE)</b> Pulpet mielony, gotowany90g(<b>GLU PSZ, JAJ)</b> Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE)</b> Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(<b>GLU JĘCZ)</b> Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ)</b> Masło15g (<b>MLE)</b> Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(<b>MLE)</b> Herbata250ml</p>	<p>E:2075.3kcal 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</p>	<p>E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g</p>
<p>10.10 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(<b>GLU PSZ GLU OW,MLE)</b> Chleb graham 80g(<b>GLU PSZ)</b>Masło15g ( <b>MLE)</b> Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (<b>b/c)</b></p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE)</b> Pulpet mielony, gotowany90g(<b>GLU PSZ, JAJ)</b> Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE)</b> Surówka z buraczków z dodatkiem cebulki i oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g(<b>GLU JĘCZ)</b> Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Chleb graham 80g(<b>GLU PSZ)</b> Masło15g (<b>MLE)</b> Kurczak w galarecie50g Pomidor80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(<b>MLE)</b> Herbata250ml (<b>b/c)</b></p>	<p><b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb Graham50g (<b>GLU PSZE)</b> Masło 10g (<b>MLE)</b> Pierś gotowana30g Ogórek80g Herbata250mlp (<b>b/c)</b></p>	<p>E:1874.19kcal B:73.14g T:80.14g Kw.tł.nas.: 17.21g W:278.12g W tym cukry: 47.76g Bł:27.17g Sól:6.23g</p>

Wartość energetyczna i odżywcza dobową 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					<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Jogurt naturalny120g <b>(MLE)</b> Jabłko 150g
<b>10.10</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta eliminacyjna (11)</b> <b>(biegunkowa)</b>	Kasza manna300ml( <b>GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Jarzynowa z kaszą manną400ml ( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Kisiel 200ml Suchary50g ( <b>GLU PSZ</b> ) Herbata250ml	E:2006.6kcal B:84.3g T:65.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:272.1g W tym cukry: 46.9g Bł:23,5g Sól:6.8g	
<b>10.10</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta podstawowa (C1)</b>	Makaron na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Połędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Jarzynowa z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Pulpet mielony, gotowany90g( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g( <b>GLU JĘCZ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana30g Sałata80g Herbata250mlp	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
Wartość energetyczna i odżywcza dobową E:2352kcal B:97g T:73,7g Kw.tł.nas.:18,2g W:253g W tym cukry: 43,5gBł:28,1g Sól:6,9g 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><b>10.10</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta płynna</b> <b>(13)</b></p>	<p>Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(<b>MLE</b>) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (<b>MLE</b>) (postać płynna) Budyń200ml (<b>MLE</b>) Herbata250ml</p>	<p>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</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><b>10.10</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta bezglutenowa</b> <b>(11/GL)</b></p>	<p>Ryż na mleku300ml(<b>MLE</b>) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b>) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami400ml(<b>SEL,MLE</b>) Pulpet mielony, gotowany90g(<b>JAJ</b>) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>MLE</b>) Buraczki gotowane200g Kasza jaglana150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (<b>MLE</b>) Kurczak w galarecie50g Pomidor80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>) Herbata250ml</p>	<p>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</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><b>11.10</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(1)</b></p>	<p>Ryż na mleku400ml (<b>MLE</b>) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Masło15g ( <b>MLE</b>) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Grycikowa z kaszą manną400ml (<b>GLU PSZ,SEL,MLE</b>) Jajko sadzone(<b>JAJ</b>) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(<b>GLU PSZ, MLE</b>) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(<b>MLE</b>) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g (<b>MLE</b>) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (<b>RYB</b>) Sałata80g Pomidor80g Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT,</b></p>	<p>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</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>

			<b>GLU JĘCZ,MLE)</b>		
<b>11.10</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta łatwostrawna</b> <b>(2)</b>	Ryż na mleku400ml <b>(MLE)</b> Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ,)</b> Masło15g ( <b>MLE)</b> Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Banan150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml <b>(GLU PSZ, SEL,MLE)</b> Jajko gotowane na parze( <b>JAJ</b> ) Sos jogurtowy80g( <b>GLU PSZ,MLE)</b> Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g <b>(MLE)</b> Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g <b>(RYB)</b> Sałata80g Pomidor bez skórki80g Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</b>	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	<b>POSIŁEK</b> <b>DODATKOWY</b> Podwieczorek Jogurt naturalny120g <b>(MLE)</b> Jabłko 150g
<b>11.10</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem</b> <b>tłuszczu</b> <b>(3)</b>	Ryż na mleku400ml <b>(MLE)</b> Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ,)</b> Masło15g ( <b>MLE)</b> Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Banan150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml <b>(GLU PSZ, SEL,MLE)</b> Jajko gotowane na parze( <b>JAJ</b> ) Sos jogurtowy80g( <b>GLU PSZ,MLE)</b> Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g <b>(MLE)</b> Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g <b>(RYB)</b> Sałata80g Pomidor bez skórki80g Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</b>	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	
<b>11.10</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem</b> <b>substancji</b> <b>pobudzających</b> <b>wydzielanie soku</b> <b>żołądkowego</b> <b>(4)</b>	Ryż na mleku400ml <b>(MLE)</b> Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ,)</b> Masło15g ( <b>MLE)</b> Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Banan150g	Grycikowa z kaszą manną400ml <b>(GLU PSZ, SEL,MLE)</b> Jajko gotowane na parze( <b>JAJ</b> ) Sos jogurtowy80g( <b>GLU PSZ,MLE)</b> Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g <b>(MLE)</b> 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	<b>POSIŁEK</b> <b>DODATKOWY</b> Podwieczorek Jogurt naturalny120g <b>(MLE)</b> Jabłko 150g

	Herbata250ml				
<b>11.10</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta z</b> <b>ograniczeniem łatwo</b> <b>przyswajalnych</b> <b>węglowodanów</b> <b>(6)</b>	Płatki owsiane na mleku400ml <b>(MLE, GLU OW)</b> Chleb graham80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml <b>(b/c)</b>	Grycikowa z kaszą jaglaną400ml <b>(GLU PSZ, SEL, MLE)</b> Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g <b>(GLU PSZ, MLE)</b> Mizeria z cebulką i śmietaną200g <b>(MLE)</b> Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml <b>(b/c)</b>	Chleb graham80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g <b>(MLE)</b> Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g <b>(RYB)</b> Sałata80g Pomidor80g Kawa zbożowa na mleku200ml <b>(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)</b> <b>(b/c)</b>	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> podwieczorek Chleb graham 50g <b>(GLU PSZ)</b> Masło 10g <b>(MLE)</b> Twarożek30g <b>(MLE)</b> Pomidor80g Herbata250ml <b>(b/c)</b>	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
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2276.65kcal B:112.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15gW:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18gKw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g					
<b>11.10</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta eliminacyjna</b> <b>(11)</b> <b>(biegunkowa)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną 400ml <b>(GLU PSZ, SEL, MLE)</b> Filet drobiowy , gotowany90g Lekki sos80g <b>(GLU PSZ)</b> Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g <b>(MLE)</b> Szynka drobiowa50g Suchary30g <b>(GLU PSZ)</b> Kisiel200ml Herbata250ml	E:2011.5kcal B:101.35g T:72.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:253.13g W tym cukry: 42.11g Bł:25,79g Sól:6.6g	E:2215.98kcal B:101.67g T:80,1g Kw.tł.nas.: 19.33g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
<b>11.10</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(C1)</b>	Ryż na mleku400ml <b>(MLE)</b> Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z	Grycikowa z kaszą manną400ml <b>(GLU PSZ, SEL, MLE)</b> Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g <b>(GLU PSZ, MLE)</b> Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło15g <b>(MLE)</b> Szynka drobiowa50g Sałata80g	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g	E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g

	majerankiem50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Pomidor80g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Serek wiejski 200g(MLE) Sałata80g Herbata250ml	W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe E:2246.2kcal B:108.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: 18.15gW:283.13g W tym cukry: 47.11g 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					
<b>11.10</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta płynna</b> <b>(13)</b>	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Grysikowa 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	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
<b>11.10</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta bezglutenowa</b> <b>(11/GL)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( MLE) Połędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą jaglaną400ml (SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Sałata80g Pomidor80g 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	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
<b>12.10</b>	Płatki owsiane na	Zupa kalafiorowa z	Pieczywo pszenno-żytnie,	E:2071.6kcal	<b>POSIŁEK</b>

<b>Sobota</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(1)</b>	mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj50g( <b>JAJ</b> ) Rzodkiewka 80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	makaronem400ml( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g ( <b>MLE</b> ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g( <b>MLE</b> ) Kompot jabłkowy250ml	razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Pomidor80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	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	<b>DODATKOWY</b> Podwieczorek Bułka grahamka 60g ( <b>GLU PSZ</b> ) Twarożek50g ( <b>MLE</b> )
<b>12.10</b> <b>Sobota</b> <b>Dieta łatwostrawna</b> <b>(2)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj50g( <b>JAJ</b> ) Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Koperkowa z makaronem400ml( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Sałata160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	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	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
<b>12.10</b> <b>Sobota</b> <b>Dieta łatwostrawna z</b> <b>ograniczeniem</b> <b>tłuszczu</b> <b>(3)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek jaj50g( <b>JAJ</b> ) Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Koperkowa z makaronem400ml( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Sałata160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	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	<b>POSIŁEK</b> <b>DODATKOWY</b> Podwieczorek Bułka grahamka 60g ( <b>GLU PSZ</b> ) Twarożek50g ( <b>MLE</b> )
<b>12.10</b> <b>Sobota</b> <b>Dieta łatwostrawna z</b> <b>ograniczeniem</b> <b>substancji</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> )	Koperkowa z makaronem400ml( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g	E:2079.6kcal B:98.1g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g	

<p><b>pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b></p>	<p>Pasta z białek jaj50g(JAJ) Pomidor bez skórki160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g</p>	
<p><b>12.10 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g ( MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Koperkowa z makaronem razowym400ml(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)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)</p>	<p><b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Rolada drobiowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>E:1879.98kcal B:69.75g T:74,1g Kw.tł.nas.: 17.33g W:275.19g W tym cukry: 46.09g Bł:27.87g Sól:6.06g</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową 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 E:2019.90kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:276.15g W tym cukry: 47.08g Bł:29,01g Sól:6.09g</p>					
<p><b>12.10 Sobota Dieta eliminacyjna (11) (biegunkowa)</b></p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Koperkowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż gotowany z musem bananowym200g/120g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Kisiel 200ml Suchary50g (GLU PSZ) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p><b>12.10 Sobota</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)</p>	<p>Koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ,</p>	<p><b>Posiłek Dodatkowy</b></p>	

<b>Dieta podstawowa (C1)</b>	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj50g( <b>JAJ</b> ) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	<b>SEL,MLE</b> Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	<b>GLU ŻYT</b> Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Sałata160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa30g Pomidor80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobowe 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				
<b>12.10 Sobota Dieta płynna (13)</b>	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml( <b>MLE</b> ) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml ( <b>MLE</b> ) (postać płynna) Budyń200ml ( <b>MLE</b> ) 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
<b>12.10 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)</b>	Ryż na mleku300ml( <b>MLE</b> ) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj50g( <b>JAJ</b> ) Rzodkiewka 80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Kalafiorowa z makaronem bezglutenowym400ml( <b>SEL,MLE</b> ) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g ( <b>MLE</b> ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g( <b>MLE</b> )	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Pomidor80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) 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

		Kompot jabłkowy250ml		
<b>13.10 Niedziela Dieta podstawowa (1)</b>	Manna na mleku300ml( <b>MLE, GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty50g( <b>MLE</b> ) Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL,MLE</b> ) Filet drobiowy, smażony 90g( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wiśniowa50g Sałata80g Pomidor80g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	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
<b>13.10 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)</b>	Manna na mleku300ml( <b>MLE, GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL, MLE</b> ) Filet drobiowy w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wisniowa50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g
<b>13.10 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</b>	Manna na mleku300ml( <b>MLE, GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL, MLE</b> ) Filet drobiowy w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wisniowa50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g

<b>13.10</b> <b>Niedziela</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b>	Manna na mleku300ml( <b>MLE, GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL, MLE</b> ) Filet drobiowy w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wisniowa50g Sałata80g Pomidor bez skórki80g 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
<b>13.10</b> <b>Niedziela</b> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka50g Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Pomidorowa z ryżem brązowym400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL,MLE</b> ) Filet drobiowy w sosie ,zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wiśniowa50g Sałata80g Pomidor80g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> ) ( <b>b/c</b> )	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb Graham50g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona 30g Pomidor80g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )
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:6,8g				
<b>13.10</b> <b>Niedziela</b> <b>Dieta eliminacyjna (11) (biegunkowa)</b>	Kasza manna300ml( <b>GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Kisiel200ml	Pomidorowa z ryżem400ml ( <b>SEL,MLE,GLU PSZ</b> ) Filet drobiowy gotowany w lekkim w sosie 90g/80g( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana200g	Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa50g Budyń200ml	E:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g

	Banan150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Herbata250ml	W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g
<b>13.10 Niedziela Dieta podstawowa (C1)</b>	Manna na mleku300ml( <b>MLE, GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Połędwica sopocka50g Pomidor 80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL, MLE</b> ) Filet drobiowy w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z warzywami50g Sałata160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Bułka maślana 35g ( <b>GLU PSZE, MLE</b> ) Jabłko150g Kisiel200ml Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową 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				
<b>13.10 Niedziela Dieta płynna (13)</b>	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem i z dodatkiem mięsa drobiowego400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml ( <b>MLE</b> ) (postać płynna) Budyń200ml ( <b>MLE</b> ) 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
<b>13.10 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty50g( <b>MLE</b> ) Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml ( <b>SEL, MLE</b> ) Filet drobiowy w sosie zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g( <b>MLE</b> ) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Połędwica wiśniowa50g Sałata80g Pomidor80g Herbata250ml	E:2012.91kcal B:95g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g

		Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml		Bł:26,22g Sól:6.13g
<b>14.10 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)</b>	Ryż na mleku300ml ( <b>MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:2167.14kcal B:101.42g T:.80,7g Kw.tł.nas.: 18.9g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,23g Sól:6.21g
<b>14.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)</b>	Ryż na mleku300ml ( <b>MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:2017.44kcal B:102.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g
<b>14.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</b>	Ryż na mleku300ml ( <b>MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> )	E:2014.14kcal B:102.42g T:.65,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g

<b>14.10</b> <b>Poniedziałek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b>	Ryż na mleku300ml ( <b>MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Pomidor bez skórki160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	Sól:6.21g E:2014.74kcal B:102.42g T:.65,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g
<b>14.10</b> <b>Poniedziałek</b> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Zupa ziemniaczana 400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Makaron razowy200g( <b>GLU PSZ</b> ) Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb graham 50g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło10g( <b>MLE</b> ) Połudwica debowa30g Ogórek80g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )
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				
<b>14.10</b> <b>Poniedziałek</b> <b>Dieta eliminacyjna (11) (biegunkowa)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Kasza manna z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry250g/100g( <b>GLU PSZ</b> ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Połudwica z indyka50g Kisiel200ml Suchary30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Herbata250ml	E:2077.74kcal B:97.42g T:.71,7g Kw.tł.nas.: 15g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:26,23g

				Sól:6.21g
<b>14.10 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)</b>	Ryż na mleku300ml ( <b>MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Pomidor 160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Sos mięsno-pomidorowy, zapraviany jogurtem naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )50g Masło 10g( <b>MLE</b> ) Polędwica dębowa30g Pomidor80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową 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				
<b>14.10 Poniedziałek Dieta płynna (13)</b>	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml( <b>MLE</b> ) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml( <b>GLU PSZ</b> ) (postać płynna) Budyń 200ml( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:1812kcal B:61g T:60,1g Kw.tł.nas.:14,1g W:245g W tym cukry: 42,7g Bł:26,1g Sól:5,7g
<b>14.10 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Twarożek50g( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml ( <b>SEL, MLE</b> ) Sos mięsno-pomidorowy, zapraviany jogurtem naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Makaron bezglutenowy200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt	E:2071.74kcal B:98.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 15.6g W:299.25g W tym cukry: 47.18g

			naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Bł:28,28g Sól:6.21g
<b>15.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(1)</b>	Makaron na mleku300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor 80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ</b> ) Ryż na gęsto z polewą jogurtową i tartym jabłkiem200g/80g/120g ( <b>MLE</b> ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Galareta drobiowa80g Pomidor 160g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	E:2110.13kcal B:92.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g
<b>15.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta łatwostrawna</b> <b>(2)</b>	Makaron na mleku300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ</b> ) Ryż na gęsto z polewą jogurtową i tartym jabłkiem bez skórki200g/80g/120g( <b>MLE</b> ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	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
<b>15.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b> <b>(3)</b>	Makaron na mleku300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ</b> ) Ryż na gęsto z polewą jogurtową i tartym jabłkiem bez skórki200g/80g/120g( <b>MLE</b> ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT,</b>	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:267.12g W tym cukry:

	50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml		GLU JĘCZ,MLE)	46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g
<b>15.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b>	Makaron na mleku300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ</b> ) Ryż na gęsto z polewą jogurtową i tartym jabłkiem bez skórki200g/80g/120g( <b>MLE</b> ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g 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
<b>15.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	Płatki owsiane na mleku 300ml( <b>GLU OW,MLE</b> ) Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor 80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ</b> ) Ryż brązowy na gęsto z polewą jogurtową i tartym jabłkiem200g/80g/120g ( <b>MLE</b> ) Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Galareta drobiowa80g Pomidor 160g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU (b/c)</b> )	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb Graham50g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z warzywami 30g Sałata80g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )
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				

<p><b>15.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta eliminacyjna</b> <b>(11)</b> <b>(biegunkowa)</b></p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(<b>GLU PSZ</b>) Masło15g ( <b>MLE</b>) Pierś gotowana50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą manną 400ml(<b>GLU PSZ,SEL, MLE</b>) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skóry200g/120g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g(<b>GLU PSZ</b>) Masło15g ( <b>MLE</b>) Galareta drobiowa80g Suchary30g (<b>GLU PSZ</b>) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>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</p>
<p><b>15.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(C1)</b></p>	<p>Makaron na mleku300ml(<b>GLU PSZ,MLE</b>) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g ( <b>MLE</b>) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor 80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(<b>GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ</b>) Ryż na gęsto z polewą jogurtową i tartym jabłkiem200g/80g/120g (<b>MLE</b>) Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Galareta drobiowa80g Pomidor 160g Kawa zbożowa na mleku200ml(<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>	<p><b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Masło 10g (<b>MLE</b>) Polędwica z warzywami 30g Sałata80g Herbata250ml</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowe 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</p>				
<p><b>15.10</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta płynna</b> <b>(13)</b></p>	<p>Makaron na mleku300ml (postać płynna)(<b>MLE ,GLU PSZ</b>) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu</p>	<p>Krupnik z kaszą jęczmienną i z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (<b>GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ</b>)</p>	<p>Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym</p>	<p>E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.:</p>

	<p>bez skóry (postać płynna)300ml (<b>GLU PSZ ,JAJ,MLE</b>)          Kisiel200ml          Herbata250ml</p>	<p>Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>300ml(<b>GLU PSZ, JAJ</b>)          Jogurt naturalny zmiksowany z bananem          300ml(<b>MLE</b>)          Herbata250ml</p>	<p>17.2g          W:265.1g          W tym cukry: 41.9g          Bł:26,7g          Sól:6.8g</p>
<p><b>15.10</b>  <b>Wtorek</b>  <b>Dieta bezglutenowa</b>  <b>(11/GL)</b></p>	<p>Makaron bezglutenowy na mleku300ml(<b>MLE</b>)          Pieczywo bezglutenowe80g          Masło15g  <b>(MLE)</b>          Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona          50g          Pomidor 80g          Sałata80g          Banan150g          Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą jaglaną          400ml(<b>SEL, MLE</b>)          Ryż na gęsto z polewą jogurtową i tartym jabłkiem200g/80g/120g  <b>(MLE)</b>          Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g          Masło15g  <b>(MLE)</b>          Galareta drobiowa80g          Pomidor 160g          Herbata250ml</p>	<p>E:2056.6kcal          B:91.3g          T:62.8g          Kw.tł.nas.: 18,4g          W:270.1g          W tym cukry: 43.9g          Bł:26,1g          Sól:6.8g</p>