

JADŁOSPIS OD DNIA 25.11.2024 DO DNIA 04.12.2024

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
25.11 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Kalafiorowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2131.14kcal B:101.42g T:.71,7g Kw.tł.nas.: 17.1g W:299.25g W tym cukry: 46.18g Bł:29,23g Sól:6.21g	
25.11 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2157.14kcal B:101.42g T:.72,7g Kw.tł.nas.: 17.2g W:297.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g	
25.11 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2157.14kcal B:101.42g T:.67,7g Kw.tł.nas.: 17.2g W:297.25g W tym cukry: 47.18g	

	Herbata250ml			Bł:30,23g Sól:6.21g
25.11 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2157.14kcal B:101.42g T:67,7g Kw.tł.nas.: 17.2g W:297.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g
25.11 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Ryż brązowy na mleku300ml (MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa kalafiorowa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron razowy200g(GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Polędwica z indyka30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2357.71kcal B:104.12g T:72,5g Kw.tł.nas.: 17.2g W:259.15g W tym cukry:			

	45.18g Bł:30,23g Sól:6.21g			
25.11 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczan400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem100g Makaron 200g(GLU PSZ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2077.7kcal B:100.4g T:61,7g Kw.tł.nas.: 17.93g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:25,23g Sól:6.21g
25.11 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ, JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło10g(MLE) Polędwica z indyka30g Sałata80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2298.7kcal B:102.42g T:72,9g Kw.tł.nas.: 17.2g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g			

<p>25.11 Poniedziałek Dieta płynna (13)</p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:1866.90kcal B:87.9g T:60.7g Kw.tł.nas.: 14.8g W:249.89g W tym cukry: 41.45g Bł:25.99g Sól:5.22g</p>	
<p>25.11 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami400ml (SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem i dodatkiem jogurtu naturalnego100g(MLE) Makaron bezglutenowy200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2117.1kcal B:101.12g T: 71,7g Kw.tł.nas.: 17.1g W:278.25g W tym cukry: 46.1g Bł:26,2g Sól:6.21g</p>	
<p>26.11 Wtorek Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniak z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
<p>26.11 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor bez skórki160g</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem grubo rozdrobniona 50g</p>	<p>E:2074.1kcal B:96.2g T:68.1g Kw.tł.nas.: 18.19g W:289.13g</p>	<p>E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g</p>

	Banan150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.9g	W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
26.11 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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: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
26.11 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem grubo rozdrobniona 50g Sałata160g 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:2221.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g

<p>26.11 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Zupa pieczarkowa z brązowym ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Polędwica wiśniowa 30g Ogórek80g Herbata250ml b/c)</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Sałatka z ryżem brązowym pomidorami i cebulką, skropiona oliwą120g Herbata 250ml (b/c)</p>				
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>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</p>								
<p>26.11 Wtorek Dieta płynna (13)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany ,przetarty z zupą jarzynową i drobiem bez skóry 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Twaróg zmiksowany z mlekiem oraz bananem300ml (MLE) (postać płynna) Kisiel 200ml Herbata250ml</p>	<p>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</p>	<p>E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.71g W:278.9g W tym cukry: 42.8g Bł:28.97g Sól:6.22g</p>				
<p>26.11 Wtorek Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE)</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo</p>	<table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				

	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniak z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Polędwica drobiowa z majerankiem grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Polędwica Wiśniowa30g Pomidor80g Herbata250ml			
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2251.17kcal B:101.35g T:70.78g Kw.tł.nas.: 18.4g W:296.1g W tym cukry: 47.18g Bł:29,11g Sól:6.7g						
26.11 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami bez skóry180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2022kcal B:80.11g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16,3g W:314.13g W tym cukry: 48.98g Bł:25,13g Sól:6.7g	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		
26.11 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml(SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem grubo rozdrobniona 50g Sałata160g	E:2058.17kcal B:95.1g T:72.58g Kw.tł.nas.: 17.1g W:299.13g W tym cukry: 47.98g	E:2128.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.71g W:278.9g W tym cukry: 42.8g Bł:28.97g		

			Herbata250ml	Bł:25,18g Sól:6.6g	Sól:6.22g
27.11 Środa Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	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
27.11 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z kamaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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: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
27.11 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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: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

<p>27.11 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa dyniowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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: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</p>
<p>27.11 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Zupa dyniowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie z mąki pełnoziarnistej 10 sztuk(GLU PSZ, GLU ŻYT , JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z ryżem brązowym i z warzywami 120g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamk65g 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski 200g (MLE)</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>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</p>				

27.11 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2026.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	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
27.11 Środa Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Banan150g Kisiel250ml Herbata250ml	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski 200g (MLE)
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				
27.11 Środa Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna)	Zupa dyniowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE)	E:1811.6kcal B:76.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g	E:1976.12kcal B:89.9g T:71.76g Kw.tł.nas.: 20.8g

	Kisiel200ml Herbata 250ml		Herbata250ml	W:252.1g W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g	W:267.54g W tym cukry: 45.45g Bł:26,93g Sól:6.42g
27.11 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem bezglutenowym400ml (MLE,SEL) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2076.6kcal B:100.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,1g Sól:6.5g	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
28.11 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Grochowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2219.12kcal B:96.19g T:74.15g Kw.tł.nas.: 18.58g W:300.7g W tym cukry: 48.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	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
28.11 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g

<p>28.11 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Makaron na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g</p>	<p>E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g</p>
<p>28.11 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Makaron na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g</p>	<p>E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g</p>
<p>28.11 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Grochowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Szynka drobiowa 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Wafle ryżowe 20g</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E:2357.74kcal B:102.12g T:.80,7g Kw.tł.nas.: 16.79g W:276.25g</p>				

	W tym cukry: 45.89g Bł:30,13g Sól:6.21g				
28.11 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ,MLE, JAJ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g 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
28.11 Czwartek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczerek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g
28.11 Czwartek Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopočka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Szyńka drobiowa 30g Pomidor 80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2302.11kcal B:102.42g				

	T: 80,7g Kw.tł.nas.: 16.13g W: 303.25g W tym cukry: 49.11g Bł: 30,23g Sól: 6.4g				
28.11 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku 300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe 80g Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy 50g Pomidor 160g Banan 150g Herbata 250ml	Grochowa z ziemniakami 400ml (SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany 90g (JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (MLE) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego 200g Kasza gryczana 150g Kompot wielowocowy 250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata 160g Herbata 250ml	E: 2061.10kcal B: 97.00g T: 70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W: 281.11g W tym cukry: 47.18g Bł: 26,02g Sól: 6.2g	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
29.11 Piątek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku 300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Rolada drobiowa 50g Sałata 80g Ogórek 80g Jabłko 150g Herbata 250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Ryba smażona 90g (GLU PSZ,RYB,JAJ) Surówka z kiszzonej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml	E: 2245kcal B: 85g T: 75,17g Kw.tł.nas.: 20,1g W: 275g W tym cukry: 47,7g Bł: 28,6g Sól: 6,7g	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
29.11 Piątek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku 300ml (MLE) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Rolada drobiowa 50g Sałata 160g Jabłko bez skórki 150g Herbata 250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany 90g (GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Pomidor bez skórki 160g Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml	E: 2003kcal B: 81g T: 62,1g Kw.tł.nas.: 16,3g W: 262g W tym cukry: 46,8g Bł: 26,1g Sól: 6,2g	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

29.11 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2003kcal B:82g T:62,1g Kw.tł.nas.:16,3g W:262g W tym cukry: 46,8g Bł:27,1g Sól:6,2g	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
29.11 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2015kcal B:82g T:62,1g Kw.tł.nas.:16,3g W:262g W tym cukry: 46,8g Bł:26,1g Sól:6,2g	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
29.11 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Grycikowa z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ,SEL,MLE, GLU JĘCZ) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Serek wiejski 200g(MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2285kcal B:87g				E:2147.86kcal B:89.23g

	T:78g Kw.tł.nas.:19,2g W:251g W tym cukry: 43,7g Bł:29,9g Sól:6,8g				T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:293.12g W tym cukry: 50.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
29.11 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Suachry30g(GLU PSZ) Kisiel Herbata250ml	E:2003kcal B:80g T:63,1g Kw.tł.nas.:15,3g W:262g W tym cukry: 46,8g Bł:24,1g Sól:6,1g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka Grahamka65g (GLU PSZ) Pasta Twarogowa 50g (MLE) Herbata250ml
29.11 Piątek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło15g (MLE) Serek wiejski 200g(MLE) Sałata80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2327kcal B:102g T:76.7g Kw.tł.nas.: 18.3g W:278.9g W tym cukry:				E:1818.19kcal B:71.23g T:64.14g Kw.tł.nas.: 16.32g W:241.12g W tym cukry:

	46.8g Bł:29,2g Sól:6.5g				40.12g Bł:26,20g Sól:6.19g
29.11 Piątek Dieta płynna (13)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Makaron rozgotowany z zacierką warzywną i drobiem bez skóry (GLU PSZ)300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU JĘCZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne, rozmoczone w mleku z dodatkiem polędwicy drobiowej i jajka na miękko300ml (GLU PSZ, JAJ) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:1826.19kcal B:67.91g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.91g W:265.9g W tym cukry: 46.8g Bł:26.32g Sól:5.76g	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
29.11 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy 250m	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2011kcal B:84g T:73,1g Kw.tł.nas.:18,1g W:275g W tym cukry: 48,7g Bł:27,1g Sól:6,7g	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
30.11 Sobota Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z fasolą i makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2239.19kcal B:95.19g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.58g W:302.10g W tym cukry: 47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	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

30.11 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	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
30.11 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Kromka chleba Graham 30g (GLU PSZ) Jajko na miękko (JAJ)
30.11 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	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
30.11 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa wielowarzywna z makaronem razowym400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g	E:1874.19kcal B:73.14g T:80.14g Kw.tł.nas.: 17.21g W:278.12g W tym cukry: 47.76g

		Herbata250ml (b/c)	Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	Bł:27.17g Sól:6.23g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2377.74kcal B:104.42g T:81,7g Kw.tł.nas.: 16.73g W:299.25g W tym cukry: 48.18g Bł:31,23g Sól:6.21g				POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
30.11 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	
30.11 Sobota Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml (JAJ, GLU PSZ) (postać płynna) Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml (GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml (MLE) Herbata250ml	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	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
30.11 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g	Wielowarzywna z makaronem400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Połędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ,	E:2201.17kcal B:91.23g T:78.18g Kw.tł.nas.: 20.98g W:299.10g

	Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	naturalnymy,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	GLU ŻYT Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g Pomidor 80g Herbata250ml	W tym cukry: 48.19g Bł:27,17g Sól:6.43g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2302.11kcal B:105.42g T:.82,7g Kw.tł.nas.: 16.13g W:306.25g W tym cukry: 49.11g Bł:30,23g Sól:6.4g				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
30.11 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnymy,duszone180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	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
01.12 Niedziela Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Jabłko150g	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udka pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g

	Herbata250ml				Sól:6.23g
01.12 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
01.12 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	
01.12 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g 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	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
01.12 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Pomidorowa z brązowym ryżem400ml (GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Polędwica z warzywami 30g Sałata80g	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

				Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2283kcal B:104g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:256g W tym cukry:42g Bł:27,8g Sól:7,1g				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
01.12 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ SEL) Udko gotowane Sos pieczeniowy80(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary pszenne30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021kcal B:94g T:65,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:288g W tym cukry:49g Bł:26,8g Sól:7,6g	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
01.12 Niedziela Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułeczka maślana35g (GLU PSZ, MLE) Kisiel 200ml Banan150g Herbata250ml	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
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				E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry:

	Sól:7,6g				48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
01.12 Niedziela Dieta płynna (13)	Ryż na mleku300ml(MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem 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: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: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
01.12 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g(MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml (SEL,MLE) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2041kcal B:99g T:73,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
02.12 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2071.6kcal 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	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)
02.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry:	E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry:

	Herbata250ml		Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
02.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g 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	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)
02.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g 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	
02.12 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/80g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	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
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2376kcal B:97g T:74,7g				E:2019.90kcal B:102.87g T:.80,1g

	Kw.tł.nas.:18,1g W:255g W tym cukry: 43,1g Bł:28,1g Sól:6,9g				Kw.tł.nas.: 17.31g W:276.15g W tym cukry: 47.08g Bł:29,01g Sól:6.09g
02.12 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml 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	
02.12 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno- żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Sałata80g Herbata250mlp	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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			
02.12 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (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
02.12 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g 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
03.12 Wtorek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szyńka drobiowa50g Rzodkiewka80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ) Schab smażony90g(GLU PSZ,JAJ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor 80g Sałata80g Jogurt naturalny120g(MLE) 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
03.12 Wtorek Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ) Schab gotowany90g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g	E:2041kcal B:99g T:62,6g

(2)	Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g
03.12 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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
03.12 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g 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
03.12 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Połudwica z warzywami 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)

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			
03.12 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Krupnik z kaszą manną 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Schab gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowanana200g Ryż gotowany150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Kisiel200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2021kcal B:94g T:65,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:288g W tym cukry:49g Bł:26,8g Sól:7,6g
03.12 Wtorek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułeczka maślana35g (GLU PSZ, MLE) Kisiel 200ml Banan150g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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			
03.12 Wtorek 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	Krupnik z kaszą jęczmienną i z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ) 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: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
03.12 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jaglaną 400ml(SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2041kcal B:99g T:73,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g
04.12 Środa Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane cebulką z olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g 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
04.12 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Szpinakowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g (RYB)	E:2064.15kcal B:101.90g T:68.02g Kw.tł.nas.:

	<p>Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>16.16g W:301.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g</p>
<p>04.12 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Szpinakowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g (RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>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</p>
<p>04.12 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Szpinakowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>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</p>
<p>04.12 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Szpinakowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z mąki pełnoziarnistej z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g (RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Szynka konserwowa 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)</p>

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2326kcal B:102.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,79g Sól:6.5g			
04.12 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy 300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Szpinakowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi z serem i ziemniakami 6 sztuk(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa 50g Kisiel200ml Suchary30g(GLU PSZ) Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g
04.12 Środa Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane cebulką z olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Szynka konserwowa 30g Pomidor 80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2316kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g			

	W tym cukry: 42.11g Bł:28,19g Sól:6.5g			
04.12 Środa Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1801.87kcal B:76.90g T:65.19g Kw.tł.nas.: 16.02g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g
04.12 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Szpinakowa z makaronem bezglutenowym400ml (SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowo- jogurtowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g (RYB) 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