

## JADŁOSPIS OD DNIA 05.12.2024 DO DNIA 14.12.2024

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
05.12 Czwartek 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> ) Pasta z ciecierzycy50g Rzodkiewka80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g( <b>GLU JĘCZ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Kurczak w galarecie 50g Twarożek50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml	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	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
05.12 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g( <b>GLU JĘCZ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Kurczak w galarecie 50g Twarożek50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	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	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
05.12 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa 50g Sałata160g	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane200g	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Kurczak w galarecie 50g Twarożek50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor bez skórki160g	E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:261.12g W tym cukry:	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry:

	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Kasza jęczmienna150g( <b>GLU JĘCZ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml	45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
<b>05.12</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b>	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa 50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g( <b>GLU JĘCZ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Kurczak w galarecie 50g Twarożek50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	E:2055.12kcal B:97.08g T:62.14g Kw.tł.nas.: 18.11g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	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
<b>05.12</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> ) Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g( <b>GLU JĘCZ</b> ) Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Kurczak w galarecie 50g Twarożek50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor160g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb Graham50g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka30g Sałata80g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E: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>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Sałatka z ryżem brązowym pomidorami i cebulką, skropiona oliwą120g Herbata 250ml <b>(b/c)</b>
<b>05.12 Czwartek 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 koperkowa z ziemniakami i 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:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
<b>05.12 Czwartek 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 drobiowa 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <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 galarecie 50g Twarożek50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor160g Herbata250ml	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )50g Masło 10g( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka30g Sałata80g Herbata250ml	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
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				
<b>05.12</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta eliminacyjna</b> <b>(biegunkowa)</b> <b>(11)</b>	Kasza manna 300ml( <b>GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos80g( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Kurczak w galarecie50g Suchary30g( <b>GLU PSZ</b> ) Kisiel200ml 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>05.12</b> <b>Czwartek</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 Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml( <b>SEL, MLE</b> ) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>MLE</b> ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza gryczana150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Kurczak w galarecie 50g Twarożek50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor160g Herbata250ml	E:2012.91kcal B:95g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	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>06.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(1)</b>	Ryż na mleku400ml ( <b>MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g	Zupa grysikowa z kaszą manną 400ml ( <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	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopočka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	E:2178.6kcal B:104.3g T:76,8g Kw.tł.nas.: 19.9g W:275.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g Sól:6.9g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g

	Herbata250ml				Sól:6.32g
<b>06.12</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> Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną 400ml ( <b>GLU PSZ,SEL,MLE)</b> Jajko gotowane na parze( <b>JAJ</b> ) Sos jogurtowy80g( <b>GLU PSZ,MLE)</b> Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE)</b> Polędwica sopocka 50g Sałata160g 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	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>06.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta łatwostrawna z</b> <b>ograniczeniem tłuszczu</b> <b>(3)</b>	Ryż na mleku400ml <b>(MLE)</b> Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło15g ( <b>MLE)</b> Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną 400ml ( <b>GLU PSZ,SEL,MLE)</b> Jajko gotowane na parze( <b>JAJ</b> ) Sos jogurtowy80g( <b>GLU PSZ,MLE)</b> Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE)</b> Polędwica sopocka 50g Sałata160g 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	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>06.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta łatwostrawna z</b> <b>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> Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną 400ml ( <b>GLU PSZ,SEL,MLE)</b> Jajko gotowane na parze( <b>JAJ</b> ) Sos jogurtowy80g( <b>GLU PSZ,MLE)</b> Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE)</b> Polędwica sopocka 50g Sałata160g 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 Bułka grahamk65g 65g ( <b>GLU PSZ,</b> <b>GLU ŻYT</b> ) Serek wiejski 200g ( <b>MLE)</b>
<b>06.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta z ograniczeniem</b> <b>łatwo przyswajalnych</b>	Płatki owsiane na mleku400ml <b>(GLU OW,MLE)</b> Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE)</b>	Zupa grysikowa z kaszą jaglana400ml ( <b>GLU PSZ, SEL,MLE)</b> Jajko gotowane na parze( <b>JAJ</b> ) Sos jogurtowy80g( <b>GLU PSZ, MLE)</b>	Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE)</b> Polędwica sopocka	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> podwieczorek Chleb graham	

<b>węglowodanów (6)</b>	Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml <b>(b/c)</b>	Mizeria z cebulką i śmietaną200g <b>(MLE)</b> Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml <b>(b/c)</b>	50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml <b>(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</b> (b/c)	50g <b>(GLU PSZ)</b> Masło 10g <b>(MLE)</b> Serek wiejski 200g <b>(MLE)</b> Pomidor80g Herbata250ml <b>(b/c)</b>	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2276.65kcal B:112.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g				E: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>06.12 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</b>	Kleik ryżowy300ml <b>(MLE)</b> Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g ( <b>MLE)</b> Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml <b>(GLU PSZ,SEL,MLE)</b> Pulpet gotowany90g <b>(GLU PSZ,JAJ,MLE)</b> Lekki sos80g <b>(GLU PSZ)</b> Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g <b>(MLE)</b> Pierś gotowana50g 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	<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Bułka grahamka 65g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Serek wiejski 200g <b>(MLE)</b>
<b>06.12 Piątek Dieta podstawowa (C1)</b>	Ryż na mleku400ml <b>(MLE)</b> Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło15g ( <b>MLE)</b> Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor160g	Zupa grysikowa z kaszą manną <b>(GLU PSZ, SEL,MLE)</b> Jajko gotowane na parze <b>(JAJ)</b> Sos jogurtowy80g <b>(GLU PSZ,MLE)</b> Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło15g <b>(MLE)</b> Połudwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b>	

	Banan150g Herbata250ml		mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski 200g( <b>MLE</b> ) Pomidor80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2246.2kcal B:108.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: 18.15g W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g				E:1976.12kcal B:89.9g T:71.76g Kw.tł.nas.: 20.8g W:267.54g W tym cukry: 45.45g Bł:26,93g Sól:6.42g
<b>06.12 Piątek Dieta płynna (13)</b>	Manna na mleku 300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową i drobiem 300ml(postać płynna) Budyń200ml ( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml( <b>GLU PSZ,SEL,MLE</b> ) Kompot wieloowocowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g ( <b>MLE</b> ) 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: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>06.12 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą jaglaną400ml ( <b>SEL,MLE</b> ) Jajko sadzone( <b>JAJ</b> ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g( <b>MLE</b> ) Mizeria z cebulką i śmietaną200g( <b>MLE</b> ) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka 50g Sałata160g 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: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>07.12</b> <b>Sobota</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> ) Rolada drobiowa50g Ogórek80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą( <b>GLU PSZ,SEL,MLE</b> ) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g( <b>MLE</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	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	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>07.12</b> <b>Sobota</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> ) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g( <b>MLE</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	E: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>07.12</b> <b>Sobota</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> ) Rolada drobiowa Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g( <b>MLE</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	E: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>07.12</b> <b>Sobota</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku</b>	Makaron na mleku300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g( <b>MLE</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g W:267.12g W tym cukry:	<b>POSIĘK</b> <b>DODATKOWY</b> Jogurt naturalny120g ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe



żołądkowego (4)	Herbata250ml			46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	20g
<b>07.12 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	Makaron razowy na mleku 300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Ryż brązowy na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb Graham50g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka 30g Ogórek80g 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				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>07.12 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skóry200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szyńka drobiowa50g Suchary30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2086.6kcal B:87.3g T:60.8g Kw.tł.nas.: 17.4g W:248.1g W tym cukry: 41.9g Bł:25,9g Sól:6.8g	<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Jogurt naturalny120g ( <b>MLE</b> ) Jabłko150g

<p><b>07.12 Sobota Dieta podstawowa (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>) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml(<b>GLU PSZ,SEL, MLE</b>) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g(<b>MLE</b>) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>) Herbata250ml</p>	<p><b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Masło 10g (<b>MLE</b>) Polędwica sopočka 30g Sałata80g Herbata250ml</p>	
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>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>07.12 Sobota Dieta płynna (13)</b></p>	<p>Manna na mleku300ml (postać płynna)(<b>MLE ,GLU PSZ</b>) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (<b>GLU PSZ ,JAJ,MLE</b>) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (<b>GLU PSZ,SEL, MLE</b>) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(<b>GLU PSZ, JAJ</b>) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(<b>MLE</b>) Herbata250ml</p>	<p>E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g</p>	<p>E:2013.12kcal B:101.34g T:71.78g Kw.tł.nas.: 20.09g W:251.89g W tym cukry: 49.02g</p>

				Bł:26,7g Sól:6.8g	Bł:28,04g Sól:6.42g
<b>07.12</b> <b>Sobota</b> <b>Dieta bezglutenowa</b> <b>(11/GL)</b>	Makaron bezglutenowy na mleku300ml( <b>MLE</b> ) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą 400ml( <b>SEL, MLE</b> ) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g( <b>MLE</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	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	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
<b>08.12</b> <b>Niedziela</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(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> ) Ser żółty50g( <b>MLE</b> ) Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) Udko pieczone 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 wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	E:2143kcal B:103g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:302g W tym cukry:48g Bł:27,8g Sól:7,6g	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>08.12</b> <b>Niedziela</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> ) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	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: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>08.12</b> <b>Niedziela</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b> <b>(3)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW,MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g	Rosół jarski z makaronem 400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g	Pieczywo pszenne 80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na	E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g

	Banan150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Bł:26,8g Sól:7,6g	W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
<b>08.12 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g 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	<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Bułka Grahamka65g (GLU PSZ) Pasta Twarogowa 50g (MLE) Herbata(b/c)
<b>08.12 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Jabłko 150g Herbata250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym m400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g 200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Kurczak w galarecie30g Ogórek80g 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: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
<b>08.12 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Banan150g	Rosół jarski z kaszą manną400ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane Lekki soso80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g(GLU PSZ)	E:2021kcal B:94g T:65,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:288g	<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Bułka

	Kisiel200ml Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Kisiel200ml Herbata250ml	W tym cukry:49g Bł:26,8g Sól:7,6g	Grahamka65g ( <b>GLU PSZ</b> ) Pasta Twarogowa 50g ( <b>MLE</b> ) Herbata250ml
<b>08.12 Niedziela 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 dębowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Pieczywo pszenno- żytnie, razowe50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło10g ( <b>MLE</b> ) Kurczak w galareciea30g Pomidor80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2281kcal B:102g T:65,6g Kw.tł.nas.:16g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g				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>08.12 Niedziela Dieta płynna (13)</b>	Ryż na mleku300ml( <b>MLE</b> ) (postać płynna) Przeciarka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml ( <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:1876kcal B:86,4g T:58,7g Kw.tł.nas.:14,2g W:258g W tym cukry: 42,2g Bł:25,5g	E:2011.98kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:255.12g W tym cukry: 42.99g

				Sól:5,8g	Bł:27,01g Sól:6.23g
<b>08.12</b> <b>Niedziela</b> <b>Dieta bezglutenowa</b> <b>(11/GL)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g(MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL) Udko pieczone Surówka białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g 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: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
<b>09.12</b> <b>Poniedziałek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(1)</b>	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g ( MLE) Pierś gotowana50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem60g (GLU PSZ, MLE, JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2221.19kcal B:95.90g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:304.10g 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
<b>09.12</b> <b>Poniedziałek</b> <b>Dieta łatwostrawna</b> <b>(2)</b>	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2164.15kcal B:101.90g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 47.11g 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
<b>09.12</b> <b>Poniedziałek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b> <b>(3)</b>	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g ( MLE) Pierś gotowana50g	Zupa ryżowa400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona	E:2011.12kcal B:103.10g T:62.15g Kw.tł.nas.: 16.18g	E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g

	<p>Salata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>W:301.11g W tym cukry: 49.18g Bł:27.07g Sól:6.2g</p>	<p>W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g</p>
<p><b>09.12</b> <b>Poniedziałek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b></p>	<p>Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g ( MLE) Pierś gotowana50g Salata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g ( MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2161.19kcal B:100.2g T:71.12g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 49.18g Bł:26.01g Sól:6.2g</p>	<p><b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Kromka chleba Graham 30g (GLU PSZ) Jajko na miękko (JAJ)</p>
<p><b>09.12</b> <b>Poniedziałek</b> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b></p>	<p>Patki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g ( MLE) Pierś gotowana50g Salata 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Zupa ogórkowa z brązowym ryżem400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron pełnoziarnisty z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g(GLU PSZ, MLE) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g ( MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)</p>	<p><b>Posiłek Dodatkowy</b> Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g ( MLE) Rolada drobiowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa</p>	<p>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</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><b>09.12</b> <b>Poniedziałek</b> <b>Dieta eliminacyjna</b></p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g ( MLE)</p>	<p>Zupa ryżowa400ml (GLU PSZ ,MLE) Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki200g/60g(GLU PSZ, MLE,JAJ)</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g</p>	<p>E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g</p>	<p>E:1874.19kcal B:73.14g T:80.14g</p>

<b>(biegunkowa) (11)</b>	Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200g Herbata250ml	Herbata250ml	Suchary30g( <b>GLU PSZ</b> ) Kisiel200ml Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	Kw.tł.nas.: 17.21g W:278.12g W tym cukry: 47.76g Bł:27.17g Sól:6.23g
<b>09.12 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)</b>	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml ( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem120g( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło10g ( <b>MLE</b> ) Rolada drobiowa30g Sałata 80g Herbata250ml	<b>POSIŁEK DODATKOWY</b> Podwieczorek Jogurt naturalny120g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150g
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2321.17kcal B:103.23g T:75.18g Kw.tł.nas.: 19.92g W:311.10g W tym cukry: 50.19g Bł:29,17g Sól:6.43g				
<b>09.12 Poniedziałek Dieta płynna (13)</b>	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka ma miękko (postać płynna)300ml ( <b>GLU PSZ ,JAJ,MLE</b> ) Herbata250ml	Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml ( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> )(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki i dodatkiem drobiu bez skóry300ml Kisiel200ml Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) 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



<p><b>09.12</b> <b>Poniedziałek</b> <b>Dieta bezglutenowa</b> <b>(11/GL)</b></p>	<p>Ryż na mleku300ml(<b>MLE</b>) Pieczywo bezglutenowe 80gMasło15g ( <b>MLE</b>) Pierś gotowana50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem400ml <b>(SEL,MLE)</b> Makaron bezglutenowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g(<b>MLE</b>) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g <b>(MLE)</b> Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	<p>E:2201.17kcal B:91.23g T:78.18g Kw.tł.nas.: 20.98g W:299.10g W tym cukry: 48.19g Bł:27,17g Sól:6.43g</p>
<p><b>10.12</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(1)</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>) Pasta z jaj50g(<b>JAJ</b>) Rzodkiewka80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (<b>MLE</b>) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g (<b>MLE</b>) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>	<p>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</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>10.12</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta łatwostrawna</b> <b>(2)</b></p>	<p>Makaron na mleku300ml(<b>GLU PSZ, MLE</b>) Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Pasta z jaj50g(<b>JAJ</b>) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa dyniowa z ziemniakami 400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (<b>MLE</b>) Buraczki gotowane200g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Galareta drobiowa 80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>	<p>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</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>10.12</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b> <b>(3)</b></p>	<p>Makaron na mleku300ml(<b>GLU PSZ, MLE</b>) Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Pasta z białek jaj50g(<b>JAJ</b>) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa dyniowa z ziemniakami 400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (<b>MLE</b>) Buraczki gotowane200g</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Galareta drobiowa 80g Sałata160g Kawa zbożowa na</p>	<p>E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:261.12g W tym cukry: 45.11g</p>	<p>E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g</p>

		Kompot wieloowocowy250ml	mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )	Bł:26,22g Sól:6.23g	Bł:27,17g Sól:6.23g
<b>10.12</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> ) Pasta z białek jaj50g( <b>JAJ</b> ) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 400ml( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g ( <b>MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Galareta drobiowa 80g Sałata160g 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	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
<b>10.12</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU PSZ GLU OW,MLE</b> ) Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj50g( <b>JAJ</b> ) Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Risotto z brązowym ryżem ,mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g ( <b>MLE</b> ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Galareta drobiowa 80g Sałata160g 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> ) Polędwica sopocka 30g Ogórek80g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	<b>POSIŁEK</b> <b>DODATKOWY</b> Podwieczorek Jogurt naturalny120g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150g
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>10.12</b> <b>Wtorek</b> <b>Dieta eliminacyjna (biegunkowa)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka50g	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml ( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g	E:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.:	E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g

(11)	Banan150g Kisiel2000ml Herbata250ml	Herbata250ml	Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
10.12 Wtorek Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g ( MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Buraczki gotowane200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa 80g Sałata 160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Połudwica sopocka 30g Pomidor80g Herbata250ml	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
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				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
10.12 Wtorek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami i 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:1781.12kcal B:71.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g	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

<b>10.12</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 jaj50g ( <b>JAJ</b> ) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml( <b>SEL,MLE</b> ) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g ( <b>MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Galareta drobiowa 80g Sałata160g Herbata250ml	Sól:6.01g E:2012.91kcal B:95g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	Sól:6.23g 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>11.12</b> <b>Środa</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(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 Pomidor80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejską400ml( <b>GLU PSZ,MLE,SEL, GLU JĘCZ</b> ) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g ( <b>RYB</b> ) Pomidor160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:2266kcal B:112.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 50.9g Bł:28,7g Sól:6.8g	E: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>11.12</b> <b>Środa</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> ) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejską400ml( <b>GLU PSZ,MLE,SEL, GLU JĘCZ</b> ) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk , polane masłem( <b>GLU PSZ,MLE ,JAJ</b> ) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g ( <b>RYB</b> ) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:2266kcal B:112.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	E: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>11.12</b> <b>Środa</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b> <b>(3)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml ( <b>GLU OW,MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g	Krupnik z kaszą wiejską400ml( <b>GLU PSZ,MLE,SEL, GLU JĘCZ</b> ) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk , polane masłem( <b>GLU PSZ,MLE ,JAJ</b> ) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g ( <b>RYB</b> ) Pomidor bez skórki160g	E:2266kcal B:112.3g T:76.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g	E:2015.976kcal B:102.87g T:.80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g

	Herbata250ml		Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Bł:25,7g Sól:6.8g	Bł:30,01g Sól:6.16g
<b>11.12</b> <b>Środa</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żółtkowego (4)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g ( MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ,MLE,SEL, GLU JĘCZ) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk ,polane masłem(GLU PSZ,MLE ,JAJ) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2266kcal B:112.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	E: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>11.12</b> <b>Środa</b> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ,MLE,SEL, GLU JĘCZ) Pierogi leniwe z mąki razowej z twarogiem 10 sztuk ,polane masłem(GLU PSZ,MLE ,JAJ) Surówka z marchewki i jabłka200g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica dębowa 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	<b>POSIŁEK</b> <b>DODATKOWY</b> Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2389kcal B:114.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:280.1g W tym cukry: 46.9g Bł:28,7g Sól:6.9g				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>11.12</b> <b>Środa</b> <b>Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</b>	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g ( MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g	Krupnik z kaszą manną400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe 10 sztuk ,polane masłem(GLU PSZ,MLE ,JAJ) Marchew gotowana200g	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g ( MLE) Kurczak w galarecie50g	E:2073.55kcal B:109.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.45g	<b>POSIŁEK</b> <b>DODATKOWY</b> Podwieczorek Bułka grahamka 60g

	Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Herbata250ml	Suchary30g <b>(GLU PSZ)</b> Budyń200ml Herbata250ml	W:273.13g W tym cukry: 46.91g Bł:26,79g Sól:6.89g	<b>(GLU PSZ)</b> Twarożek50g <b>(MLE)</b>
<b>11.12</b> <b>Środa</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(C1)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml <b>(GLU OW,MLE)</b> Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU</b> <b>ŻYT)</b> Masło15g ( <b>MLE)</b> Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejską400ml <b>(GLU</b> <b>PSZ,MLE,SEL, GLU JĘCZ)</b> Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem <b>(GLU PSZ,MLE)</b> Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU</b> <b>ŻYT)</b> Masło15g <b>(MLE)</b> Szynka drobiowa50g 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g <b>(MLE)</b> Herbata250ml	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło 10g <b>(MLE)</b> Polędwica dębowa30g Sałata80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2349kcal B:111.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:290.1g W tym cukry: 47.9g Bł:28,7g Sól:6.9g				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
<b>11.12</b> <b>Środa</b> <b>Dieta płynna</b> <b>(13)</b>	Manna na mleku300ml( <b>GLU</b> <b>PSZ,MLE)</b> Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml <b>(MLE)</b> (postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml <b>(GLU PSZ,SEL, MLE)</b> (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml <b>(GLU PSZ, JAJ)</b> Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml <b>(MLE)</b> Herbata250ml	E:1886.87kcal B:90.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:253.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.01g	E: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><b>11.12</b> <b>Środa</b> <b>Dieta bezglutenowa</b> <b>( 11/GL)</b></p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b>) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata 160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą jaglaną400ml(<b>SEL,MLE</b>) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(<b>MLE</b>) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (<b>MLE</b>) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g <b>(RYB)</b> Pomidor160g Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>) Herbata250ml</p>	<p>E:2053.22kcal B:103.31g T:69.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:263.13g W tym cukry: 47.91g Bł:27,79g Sól:6.29g</p>
<p><b>12.12</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(1)</b></p>	<p>Manna na mleku300ml( <b>MLE, GLU PSZ</b>) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Masło15g ( <b>MLE</b>) Pasta twarogowa50g(<b>MLE</b>) Ogórek80g Rzodkiewka80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem400ml (<b>GLU PSZ ,SEL,MLE</b>) Filet drobiowy, gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ,MLE</b>) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>	<p>E:2115.98kcal B:97.16g T:73.16g Kw.tł.nas.: 18.09g W:279.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,17g Sól:6.4g</p>
<p><b>12.12</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta łatwostrawna</b> <b>(2)</b></p>	<p>Manna na mleku300ml( <b>MLE, GLU PSZ</b>) Pieczywo pszenne80g(<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Pasta twarogowa50g(<b>MLE</b>) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem400ml (<b>GLU PSZ ,SEL, MLE</b>) Filet drobiowy, gotowany w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(<b>GLU PSZ,MLE</b>) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>	<p>E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g</p>
<p><b>12.12</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b></p>	<p>Manna na mleku300ml( <b>MLE, GLU PSZ</b>) Pieczywo pszenne80g(<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>)</p>	<p>Pomidorowa z makaronem400ml (<b>GLU PSZ ,SEL, MLE</b>) Filet drobiowy, gotowany w sosie, zaprawianym jogurtem</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g ( <b>MLE</b>) Polędwica z indyka50g Sałata160g</p>	<p>E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.:</p>

(3)	Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g
12.12 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml( MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Filet drobiowy, gotowany w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Herbata250ml	E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g
12.12 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml( MLE, GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Pomidorowa z makaronem razowym400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy , gotowany w sosie ,zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2212kcal B:99,4g T:65,7g Kw.tł.nas.:17,2g W:278g W tym cukry: 42,2g Bł:28,5g Sól:6,8g			



<b>12.12</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta eliminacyjna</b> <b>(biegunkowa)</b> <b>(11)</b>	Kasza manna300ml( <b>GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Pomidorowa z makaronem400ml ( <b>SEL,MLE,GLU PSZ</b> ) Filet drobiowy gotowany w lekkim w sosie 90g/80g( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g( <b>GLU</b> <b>PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa50g Suchary30g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g
<b>12.12</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(C1)</b>	Manna na mleku300ml( <b>MLE,</b> <b>GLU PSZ</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU</b> <b>ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa50g( <b>MLE</b> ) Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z makaronem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL, MLE</b> ) Filet drobiowy , gotowany w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU</b> <b>ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU</b> <b>JĘCZ,MLE</b> )	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Podwieczorek Bułka maślana 35g ( <b>GLU PSZE,</b> <b>MLE</b> ) Jabłko150g Kisiel200ml Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2211kcal B:97,4g T:62,7g Kw.tł.nas.:16,8g W:275g W tym cukry: 43,9g Bł:28,2 Sól:6,8g			
<b>12.12</b> <b>Niedziela</b> <b>Dieta płynna</b> <b>(13)</b>	Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ,</b> <b>MLE</b> ) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Pomidorowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml ( <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

<p><b>12.12</b> <b>Czwartek</b> <b>Dieta bezglutenowa</b> <b>(11/GL)</b></p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem400ml <b>(SEL, MLE)</b> Filet drobiowy , gotowany w sosie zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g <b>(MLE)</b> Polędwica z indyka50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>E:2012.91kcal B:95g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g</p>
<p><b>13.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(1)</b></p>	<p>Ryż na mleku300ml(GMLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szyńka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryba smażona90g(GLU PSZ,RYB,JAJ) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2232.15kcal B:96.90g T:74.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:303.10g W tym cukry: 48.18g Bł:28,19g Sól:6.22g</p>
<p><b>13.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta łatwostrawna</b> <b>(2)</b></p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szyńka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa grysikowa 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</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g</p>
<p><b>13.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b> <b>(3)</b></p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szyńka drobiowa, grubo</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB)</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g</p>	<p>E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g</p>

	rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g
<b>13.12</b> <b>Piątek</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> ) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml ( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Pulpet rybny gotowany90g( <b>GLU PSZ,RYB</b> ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g
<b>13.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW,MLE</b> ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Zupa grysikowa z kaszą jaglaną400ml ( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> ) Pulpet rybny gotowany90g( <b>GLU PSZ,RYB</b> ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Surówka z kiszzonej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> ) Herbata250ml ( <b>b/c</b> )	<b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Chleb graham 50g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 30g( <b>MLE</b> ) Ogórek80g Herbata250ml ( <b>b/c</b> )
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2291.65kcal B:102.35g T:78.14g Kw.tł.nas.: 19.3g W:242.13g W tym cukry: 43.15g Bł:28,65g Sól:6.8g			

<p><b>13.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta eliminacyjna</b> <b>(biegunkowa)</b> <b>(11)</b></p>	<p>Kleik ryżowy300ml (<b>MLE</b>) Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(<b>GLU PSZ,SEL,MLE</b>) Pulpet rybny gotowany90g(<b>GLU PSZ,RYB</b>) Lekki sos80g(<b>GLU PSZ</b>) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Polędwica z indyka50g Suchary30g (<b>GLU PSZ</b>) Kisiel 200ml Herbata250ml</p>	<p>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</p>
<p><b>13.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(C1)</b></p>	<p>Ryż na mleku300ml (<b>MLE</b>) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Masło15g (<b>MLE</b>) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml (<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>) Pulpet rybny gotowany90g(<b>GLU PSZ,RYB</b>) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ,MLE</b>) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g (<b>MLE</b>) Polędwica sopocka 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>) Herbata250ml</p>	<p><b>Posiłek</b> <b>Dodatkowy</b> Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Masło10g (<b>MLE</b>) Twarożek 30g(<b>MLE</b>) Sałata80g Herbata250ml</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E:2298.65kcal B:103.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:263.13g W tym cukry: 48.9g Bł:28,79g Sól:6.89g</p>			

<p><b>13.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta płynna</b> <b>(13)</b></p>	<p>Manna na mleku 300ml(<b>GLU PSZ,MLE</b>) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (<b>MLE</b>) Herbata250ml</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(<b>GLU PSZ,SEL,MLE</b>) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (<b>MLE</b>) Herbata250ml</p>	<p>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</p>
<p><b>13.12</b> <b>Piątek</b> <b>Dieta bezglutenowa</b> <b>(11/GL)</b></p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (<b>MLE</b>) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml (<b>SEL,MLE</b>) Pulpet rybny gotowany90g(<b>RYB</b>) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>MLE</b>) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (<b>MLE</b>) Polędwica sopocka 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>) Herbata250ml</p>	<p>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</p>
<p><b>14.12</b> <b>Sobota</b> <b>Dieta podstawowa</b> <b>(1)</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml ( <b>GLU OW, MLE</b>) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g ( <b>MLE</b>) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa fasolowa z ziemniakami400ml(<b>GLU PSZ, SEL, MLE</b>) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(<b>GLU PSZ,MLE</b>) Surówka z buraczków z dodatkiem cebulki i oleju rzepakowego200g Makaron200g(<b>GLU PSZ</b>) Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g (<b>MLE</b>) Pierś gotowana 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>	<p>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</p>
<p><b>14.12</b> <b>Sobota</b> <b>Dieta łatwostrawna</b> <b>(2)</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml ( <b>GLU OW, MLE</b>) Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g ( <b>MLE</b>) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(<b>GLU PSZ, SEL, MLE</b>) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(<b>GLU PSZ,MLE</b>) Buraczki gotowane200g</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>) Pierś gotowana 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(<b>GLU ŻYT, GLU</b>)</p>	<p>E:2017.44kcal B:102.42g T:78,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry:</p>

	Banan150g Herbata250ml	Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml	JĘCZ,MLE	47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g
<b>14.12 Sobota 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 drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Makaron200g( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,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 Sól:6.21g
<b>14.12 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml ( <b>GLU OW, MLE</b> ) Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Makaron200g( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana 50g Sałata160g Herbata250ml	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>14.12 Sobota 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> ) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Zupa koperkowa z ziemniakami( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Makaron razowy200g( <b>GLU PSZ</b> ) Herbata250ml( <b>b/c</b> )	Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE (b/c)</b> )	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Chleb graham 50g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło10g( <b>MLE</b> ) Polędwica z indyka30g 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>14.12 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kasza manna z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry250g/100g(GLU PSZ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml 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>14.12 Sobota Dieta podstawowa (C1)</b>	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE	<b>Posiłek Dodatkowy</b> Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Polędwica z indyka30g 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>14.12 Sobota Dieta płynna</b>	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem	Zupa koperkowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml((GLU PSZ,SEL, MLE)	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ)	E:1812kcal B:61g T:60,1g

<b>(13)</b>	banana300ml( <b>MLE</b> ) Kisiel200ml Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	(postać płynna) Budyń 200ml( <b>MLE</b> ) Herbata250ml	Kw.tł.nas.:14,1g W:245g W tym cukry: 42,7g Bł:26,1g Sól:5,7g
<b>14.12</b> <b>Sobota</b> <b>Dieta bezglutenowa</b> <b>(11/GL)</b>	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami400ml <b>(SEL, MLE)</b> Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g( <b>MLE</b> ) Buraczki gotowane200g Makaron bezglutenowy200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2071.74kcal B:98.42g T: 78,7g Kw.tł.nas.: 15.6g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,28g Sól:6.21g