

Jadłospis od dnia 05.03.2024 do dnia 14.03.2025

| DATA | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA | WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA |
|--|--|--|---|--|--|
| 05.03 Środa Dieta podstawowa (1) | Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml | Zupa pieczarkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane cebulką z olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:28,7g Sól:6.8g | |
| 05.03 Środa Dieta łatwostrawna (2) | Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml | Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g | |
| 05.03 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3) | Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml | Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g | |

| | | | | |
|--|---|--|---|--|
| <p>05.03 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)</p> | <p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml</p> | <p>E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:291.1g W tym cukry: 50.3g Bł:25,2g Sól:6.8g</p> |
| <p>05.03 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaja50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p> | <p>Zupa pieczarkowa z razowym makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z mąki pełnoziarnistej z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Herbata250ml (b/c)</p> | <p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c)</p> | <p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Sałata80g Herbata250 ml (b/c)</p> |
| <p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p> | <p>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</p> | | | |
| <p>05.03 Środa Dieta eliminacyjna (11) (biegunkowa)</p> | <p>Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi z serem i ziemniakami 6 sztuk(GLU PSZ,MLE)</p> | <p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa</p> | <p>E:2073.55kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 19.15g</p> |

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| | Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml | Marchew gotowana200g Herbata250ml | 50g Suchary30g(GLU PSZ) Budyń200ml Herbata250ml | W:253.13g W tym cukry: 46.91g Bł:28,79g Sól:6.89g |
| 05.03 Środa Dieta podstawowa (C1) | Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaja50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml | Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Sałata80g 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 | | | |
| 05.03 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 koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml | Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml | E:1876.87kcal B:87.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:251.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.06g |

| | | | | | |
|---|---|---|--|--|---|
| <p>05.03 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)</p> | <p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p> | <p>Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml</p> | <p>E:2256kcal B:102.1g T:69.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:261.1g W tym cukry: 48.3g Bł:25,1g Sól:6.8g</p> | |
| <p>06.03 Czwartek Dieta podstawowa (1)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa ogórkowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniak z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p> | <p>E:2137.17kcal B:94.15g T:72.15g Kw.tł.nas.: 18.23g W:289.13g W tym cukry: 48.98g Bł:28,11g Sól:6.8g</p> | <p>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</p> |
| <p>06.03 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p> | <p>E:2071.1kcal B:95.2g T:67.1g Kw.tł.nas.: 18.02g W:289.13g W tym cukry: 48.90g Bł:26,01g Sól:6.9g</p> | <p>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</p> |
| <p>06.03 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g</p> | <p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g</p> | <p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g</p> | <p>T:67.1g Kw.tł.nas.: 18.02g W:289.13g W tym cukry: 48.90g Bł:26,01g</p> | <p>E:2221.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry:</p> |

| | | | | | |
|--|---|---|--|--|--|
| | Banan150g Herbata250ml | Kompot wieloowocowy250ml | Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) | Sól:6.9g | 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g |
| 06.03 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4) | Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml | Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml | T:67.1g Kw.tł.nas.: 18.02g W:289.13g W tym cukry: 48.90g Bł:26,01g Sól:6.9g | POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Sałatka z ryżem brązowym pomidorami i cebulką, skropiona oliwą120g Herbata 250ml (b/c) |
| 06.03 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) | Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c) | Zupa ogórkowa z brązowym ryżem400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c) | Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c) | Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Polędwica wiśniowa 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c) | |
| Wartość energetyczna i odżywcza dobową | E:2315kcal B:101g T:76.7g Kw.tł.nas.: 17.5g W:278.9g W tym cukry: 46.4g Bł:28,1g Sól:6.5g | | | | 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 |

| | | | | | |
|---|--|--|---|---|--|
| 06.03 Czwartek Dieta płynna (13) | Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany ,przetarty z zupą jarzynową i drobiem bez skóry 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml | Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml | Twaróg zmiksowany z mlekiem oraz bananem300ml (MLE) (postać płynna) Kisiel 200ml Herbata250ml | E:1856.19kcal B:77.91g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.2g W:265.9g W tym cukry: 46.8g Bł:26.32g Sól:5.76g | |
| 06.03 Czwartek Dieta podstawowa (C1) | 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 ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa 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) 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 | | | | 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 |
| 06.03 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) | Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g | Zupa ryżowa 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami bez skóry180g(GLU PSZ, MLE) | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g(GLU PSZ) | E:2022kcal B:80.11g T:67.1g Kw.tł.nas.: | E:2128.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: |

| | | | | | |
|--|---|---|--|--|---|
| (11) | Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml | Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml | Kisiel200ml Herbata250ml | 16,3g W:314.13g W tym cukry: 48.98g Bł:25,13g Sól:6.7g | 15.71g W:278.9g W tym cukry: 42.8g Bł:28.97g Sól:6.22g |
| 06.03 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL) | Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml | Zupa ryżowa400ml (SEL,MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml | E:2058.17kcal B:95.1g T:72.58g Kw.tł.nas.: 17.1g W:299.13g W tym cukry: 47.98g Bł:25,18g Sól:6.6g | E: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 |
| 07.03 Piątek Dieta podstawowa (1) | Makaron na mleku400ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml | Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml | E:2178.6kcal B:104.3g T:76,8g Kw.tł.nas.: 19.9g W:275.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g Sól:6.9g | E: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 |
| 07.03 Piątek Dieta łatwostrawna (2) | Makaron na mleku400ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml | Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml | E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g | E: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>07.03 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p> | <p>Makaron na mleku400ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p> | <p>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</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>07.03 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p> | <p>Makaron na mleku400ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa grysikowa z kaszą manną 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p> | <p>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</p> | <p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamk65g 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski 200g (MLE)</p> |
| <p>07.03 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku400ml (MLE,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p> | <p>Zupa grysikowa z kaszą pęczak 400ml (GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)</p> | <p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)</p> | <p>Posiłek Dodatkowy podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska Parzona30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p> | |
| <p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p> | <p>E:2276.65kcal B:112.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g</p> | | | | <p>E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.:</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|---|
| | W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g | | | | 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g |
| 07.03 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11) | Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml | Zupa grysikowa z kaszą manną 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet mielony,gotowany90g(GLU PSZ,JAJ) Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) 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 | POSILEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski 200g (MLE) |
| 07.03 Piątek Dieta podstawowa (C1) | Makaron na mleku400ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml | Zupa grysikowa z kaszą manną 400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml | Posilek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona30g Sałata80g Herbata250 ml | |
| Wartość energetyczna i odżywcza dobową | E:2246.2kcal B:108.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: | | | | E:1976.12kcal B:89.9g T:71.76g Kw.tł.nas.: |

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|
| | 18.15g W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g | | | | 20.8g W:267.54g W tym cukry: 45.45g Bł:26,93g Sól:6.42g |
| 07.03 Piątek Dieta płynna (13) | Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml | Zupa grysikowa z kaszą manną z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml | Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | E:18176.9kcal B: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 |
| 07.03 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL) | Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Połędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml | Zupa grysikowa z kaszą jaglaną400ml (SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml | E:2141.6kcal B:107.3g T:72,8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g | 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 |
| 08.03 Sobota Dieta podstawowa (1) | Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml | Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml | 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 | |

| | | | | | |
|---|--|--|---|---|--|
| 08.03 Sobota Dieta łatwostrawna (2) | Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml | Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 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 | |
| 08.03 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3) | Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml | Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 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: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 |
| 08.03 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4) | Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml | Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 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: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 |
| 08.03 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g | Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem | Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona | Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g | E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g |

| | | | | | |
|--|---|--|---|--|---|
| (6) | Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c) | naturalnymie,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c) | 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c) | (MLE) Pierś gotowana 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c) | W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g |
| 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 | | | | 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 |
| 08.03 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11) | Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml | Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g 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: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 |
| 08.03 Sobota Dieta płynna (13) | Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml | Zupa dyniowa 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 | |
| 08.03 Sobota Dieta podstawowa | Ryż na mleku300ml (MLE) | Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) | Posiłek Dodatkowy Pieczywo | E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g |

| | | | | | |
|---|--|---|--|---|--|
| (C1) | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml | Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml | Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) | pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g Pomidor 80g Herbata250ml | Kw.tł.nas.: 18.09g W:293.12g W tym cukry: 50.11g Bł:28,29g Sól:6.47g |
| 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 | | | | POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka Grahamka65g (GLU PSZ) Pasta Twarogowa 50g (MLE) Herbata250ml |
| 08.03 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL) | Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml | Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) 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 | |
| 09.03 Niedziela Dieta podstawowa (1) | Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor80g Ogórek80g | Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | E:2287.89kcal B:94.23g T:92.19g Kw.tł.nas.: 20.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g | E:1818.19kcal B:71.23g T:64.14g Kw.tł.nas.: 16.32g W:241.12g W tym cukry: 40.12g |

| | | | | | |
|---|---|--|--|---|---|
| | Jabłko150g Herbata250ml | | | Bł:30,19g Sól:6.77g | Bł:26,20g Sól:6.19g |
| 09.03 Niedziela Dieta łatwostrawna (2) | Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml | Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | E:2117.86kcal B:94.23g T:80.12g Kw.tł.nas.: 16.32g W:279.11g W tym cukry: 50.12g Bł:27,11g Sól:6.07g | 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 |
| 09.03 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3) | Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml | Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | E:2117.86kcal B:94.23g T:80.12g Kw.tł.nas.: 16.32g W:279.11g W tym cukry: 50.12g Bł:27,11g Sól:6.07g | 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 |
| 09.03 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4) | Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml | Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | E:2117.86kcal B:94.23g T:80.12g Kw.tł.nas.: 16.32g W:279.11g W tym cukry: 50.12g Bł:27,11g Sól:6.07g | 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 |
| 09.03 Niedziela | Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) | Rosół z makaronem razowym400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane | Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka 50g | Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham | E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: |

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|
| Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (6) | Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata 250ml (b/c) | Sos jogurtowo-pieczeniowy80g (GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata 250ml (b/c) | Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c) | 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie30g Ogórek80g Herbata250 ml (b/c) | 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g |
| Wartość energetyczna i odżywcza dobową | E:2286.86kcal B:96.23g T:81.12g Kw.tł.nas.: 17.12g W:249.11g W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g | | | | POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Kromka chleba Graham 30g (GLU PSZ) Jajko na miękko (JAJ) |
| 09.03 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11) | Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml | Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane Lekki sos80 (GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml | E:2077.7kcal B:89.4g T:61,7g Kw.tł.nas.: 17.2g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:25,23g Sól:6.21g | 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 |
| 09.03 Niedziela Dieta podstawowa (C1) | Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml | Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g (GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) | E:1874.19kcal B:73.14g T:80.14g Kw.tł.nas.: 17.21g W:278.12g W tym cukry: 47.76g Bł:27.17g Sól:6.23g |

| | | | | | |
|---|--|---|--|---|---|
| | | | | Polędwica z warzywami 30g Sałata80g Herbata250 ml | |
| Wartość energetyczna i odżywcza dobową | E:2286.86kcal B:96.23g T:81.12g Kw.tł.nas.: 17.12g W:249.11g W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g | | | | POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g |
| 09.03 Niedziela Dieta płynna (13) | Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem piersi gotowanej i warzyw bez skóry300ml(GLU PSZ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml | Rosół jarski makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml | Kasza manna zmiksowana z zacierką jarzynową i jajkiem na miękko300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml | E:1916kcal B:79,7g T:59,9g Kw.tł.nas.:13,8g W:258g W tym cukry: 43,1g Bł:25,7g Sól:5,8g | |
| 09.03 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL) | Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml | Rosół z makaronem bezglutenowym400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml | E:2117.86kcal B:94.23g T:80.12g Kw.tł.nas.: 16.32g W:279.11g W tym cukry: 50.12g Bł:28,11g Sól:6.07g | E: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>10.03 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami i fasolą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>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)</p> | <p>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</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>10.03 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p> | <p>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</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>10.03 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p> | <p>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</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>10.03 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających</p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g</p> | <p>E:2079.6kcal B:98.1g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry:</p> | <p>E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry:</p> |

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|
| wydzielanie soku żołądkowego (4) | Herbata250ml | | Herbata250ml | 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g | 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g |
| 10.03 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 wielowarzywna z ziemniakami400ml(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 wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Safata160g 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) | POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) 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 | | | | |
| 10.03 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11) | Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml | Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g 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 | POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g |
| 10.03 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1) | Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) | Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona | Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo | E:1899.19kcal B:78.90g T:75.18g Kw.tł.nas.: |

| | | | | | |
|--|--|--|---|---|---|
| | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml | Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml | wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) | pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Pomidor80g Herbata250mlp | 18.12g W:273.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g |
| 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: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 |
| 10.03 Poniedziałek Dieta płynna (13) | Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml | Zupa wielowarzywna 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: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 | 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 |
| 10.03 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL) | Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml | Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml (SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska 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 | 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:6.5g | Sól:6.16g |
| 11.03 Wtorek Dieta podstawowa (1) | Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml | Zupa krupnik z kaszą jeczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml | 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 | 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 |
| 11.03 Wtorek Dieta łatwostrawna (2) | Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml | Zupa krupnik z kaszą jeczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml | E:2017.44kcal B:102.42g T: .78,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g | 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 |
| 11.03 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3) | Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml | Zupa krupnik z kaszą jeczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml | 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 | 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 |
| 11.03 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4) | Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml | Zupa krupnik z kaszą jeczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml | 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 | POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE) |

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| <p>11.03 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p> | <p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron razowy200g(GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)</p> | <p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml (b/c)</p> | <p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Polędwica wiśniowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p> | <p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)</p> |
| <p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p> | <p>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</p> | | | | |
| <p>11.03 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</p> | <p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p> | <p>Zupa krupnik z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kasza manna z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry250g/100g(GLU PSZ) Herbata250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml</p> | <p>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</p> | <p>E:1879.98kcal B:69.75g T:74,1g Kw.tł.nas.: 17.33g W:275.19g W tym cukry: 46.09g Bł:27.87g Sól:6.06g</p> |
| <p>11.03 Wtorek Dieta podstawowa (C1)</p> | <p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE)</p> | <p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE)</p> | <p>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</p> |

| | | | | | |
|--|--|---|---|---|-----------|
| | | | Herbata250ml | Polędwica wiśniowa30g Sałata80g Herbata250 ml | Sól:6.09g |
| 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 | | | | |
| 11.03 Wtorek Dieta płynna (13) | Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml | Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml((GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot jabłkowy250ml | Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml | E:1812kcal B:61g T:60,1g Kw.tł.nas.:14,1g W:245g W tym cukry: 42,7g Bł:26,1g Sól:5,7g | |
| 11.03 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL) | Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml | Zupa krupnik z kaszą jaglaną400ml (SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron bezglutenowy200g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) 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 | |
| 12.03 Środa Dieta podstawowa (1) | Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) | Zupa fasolowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka ,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g | E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g | |

| | | | | |
|---|--|---|--|--|
| | Pierś gotowana50g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml | Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml | Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) | W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g |
| 12.03 Środa Dieta łatwostrawna (2) | Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml | Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) | 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 |
| 12.03 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3) | Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml | Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) | 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 |
| 12.03 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4) | Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml | Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Herbata250ml | 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 |
| 12.03 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) | Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g | Zupa koperkowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka z mąki pełnoziarnistej 10 sztuk(GLU PSZ,GLU ŻYT ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) | Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g | Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) |

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| | Jabłko150g Herbata250ml (b/c) | Surówka z marchewki z dodatkiem jabłka200g Herbata250ml (b/c) | Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c) | Masło 10g (MLE) Pierś gotowana 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c) |
| Wartość energetyczna i odżywcza dobową | 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 | | | |
| 12.03 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11) | Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml | Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Herbata250ml | Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Połędwica z indyka50g Suchary 30g(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 |
| 12.03 Środa Dieta podstawowa (C1) | Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml | Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Połędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) | Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml |

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| Wartość energetyczna i odżywcza dobową | E:2223kcal B:112.35g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g | | | |
| 12.03 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 koperkowa 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:1811.6kcal B:76.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:252.1g W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g |
| 12.03 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL) | Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml | Zupa fasolowa z makaronem bezglutenowym400ml (MLE,SEL) Filet drobiowy, gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g 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 |
| 13.03 Czwartek Dieta podstawowa (1) | Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Ogórek80g Rzodkiewka80g Jabłko150g Herbata250ml | Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml | 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 |
| 13.03 Czwartek Dieta łatwostrawna (2) | Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek (MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml | Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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 |
| 13.03 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3) | Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek (MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml | Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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 |
| 13.03 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4) | Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek (MLE) Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml | Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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 |
| 13.03 Czwartek | Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) | Pomidorowa z ryżem brązowym400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) | Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) | Posiłek Dodatkowy Podwieczorek |

| | | | | |
|---|--|---|--|---|
| <p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p> | <p>Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek (MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p> | <p>Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)</p> | <p>Galareta drobiowa80g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)</p> | <p>Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p> |
| <p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p> | <p>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</p> | | | |
| <p>13.03 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</p> | <p>Kasza manna300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p> | <p>Pomidorowa z ryżem400ml (SEL,MLE,GLU PSZ) Filet drobiowy gotowany w lekkim sosie 90g/80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml</p> | <p>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</p> |
| <p>13.03 Czwartek Dieta podstawowa (C1)</p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek (MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p> | <p>Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p> | <p>Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE)</p> |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | | | | Pierś gotowana 30g Sałata 80g 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 | | | |
| 13.03 Czwartek Dieta płynna (13) | Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml | Pomidorowa z ryżem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml | Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml | E:1781.12kcal B:71.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g Sól:6.01g |
| 13.03 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL) | Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek (MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml | Pomidorowa z ryżem400ml (SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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 |

| | | | | |
|---|--|--|--|---|
| <p>14.03 Piątek Dieta podstawowa (1)</p> | <p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml</p> | <p>Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryba smażona90g(GLU PSZ,RYB,JAJ) Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</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>14.03 Piątek Dieta łatwostrawna (2)</p> | <p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g 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 wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</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>14.03 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p> | <p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g 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 wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</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>14.03 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających</p> | <p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona</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 Sałata160g</p> | <p>E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g</p> |

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| wydzielanie soku żołądkowego (4) | 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml | Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml | Herbata250ml | W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g |
| 14.03 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6) | Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c) | Zupa grysikowa z kaszą jaglaną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c) | Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Safata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c) | Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c) |
| Wartość energetyczna i odżywcza dobowa | 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 | | | |
| 14.03 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11) | Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml | Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml | Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel 200ml 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 |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| <p>14.03 Piątek Dieta podstawowa (C1)</p> | <p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p> | <p>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 wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p> | <p>Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml</p> |
| <p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa</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>14.03 Piątek Dieta płynna (13)</p> | <p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml</p> | <p>Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) 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>14.03 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)</p> | <p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g</p> | <p>Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Marchew gotowana200g</p> | <p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g</p> | <p>E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--------------|---|
| | Pomidor160g Banan150g Herbata250ml | Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml | Herbata250ml | W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g |
|--|--|--|--------------|---|