

Jadłospis od dnia 13.07.2025r. do dnia 22.07.2025r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
13.07 Niedziela Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2251.17kcal B:101.12g T:71.18g Kw.tł.nas.: 22.1g W:301.13g W tym cukry: 48.18g Bł:27,13g Sól:6.9g	
13.07 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g 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 jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2089.7kcal B:100.31g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:299.13g W tym cukry: 46.05g Bł:26,6g Sól:6.9g	
13.07 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2089.7kcal B:100.31g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:299.13g W tym cukry: 46.05g Bł:26,6g	

	Herbata250ml			Sól:6.9g	
13.07 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g 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 jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2058.16kcal B:100.35g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:289g W tym cukry: 46.03g Bł:26,6g Sól:6.6g	
13.07 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa 30g Ogórek80g Herbata 250ml (b/c)	E:2283kcal B:104g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:256g W tym cukry:42g Bł:27,8g Sól:7,1g
13.07 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL) Udko gotowane Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Kisiel200ml Suchary30g(GLU PSZ) Herbata250ml	E:1858.23kcal B:77.81g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.2g W:265.9g W tym cukry: 46.1g Bł:26.32g Sól:5.76g	

13.07 Niedziela Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona30g Sałata80g Herbata250ml	E:2261kcal B:102g T:65,8g Kw.tł.nas.:16.5g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g
13.07 Niedziela Dieta płynna (13)	Ryż na mleku300ml(MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem z dodatkiem mięsa drobiowego400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiśkowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:2022kcal B:80.11g T:67.1g Kw.tł.nas.:16,3g W:314.13g W tym cukry:48.98g Bł:25,13g Sól:6.7g	
13.07 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g(MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2251.17kcal B:101.12g T:71.18g Kw.tł.nas.:22.1g W:289.13g W tym cukry:48.1g Bł:27,0g Sól:6.9g	

14.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem60g (GLU PSZ, MLE, JAJ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2071.6kcal B:101.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.5g W:272.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
14.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
14.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	

14.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i pieczonym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2079.6kcal B:98.1g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
14.07 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Makaron pełnoziarnisty z białym serem i tartym jabłkiem200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	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
14.07 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Banan250g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki/120g(GLU PSZ, MLE, JAJ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel 200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2026.6kcal B:89.3g T:63.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	
14.07 Poniedziałek Dieta podstawowa	Ryż na mleku300ml(MLE)	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek	E:2352kcal B:97g T:73,7g

(C1)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Makaron z białym serem i tartym jabłkiem200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Pomidor80g Herbata250ml	Kw.tł.nas.:18,2g W:253g W tym cukry: 43,5g Bł:28,1g Sól:6,9g
14.07 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmixowany 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 zmixowany 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	
14.07 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Makaron bezglutenowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/60g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2076.6kcal B:97.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,1g Sól:6.5g	

15.07 Wtorek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Rzodkiewka80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Schab smażony90g(GLU PSZ,MLE,JAJ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	
15.07 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	
15.07 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	

15.07 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	
15.07 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa pieczarkowa z brązowym ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Polędwica z indyka30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	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
15.07 Wtorek Dieta płynna (13)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryz 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 jabłkowy250ml	Twaróg zmiksowany z mlekiem oraz bananem300ml (MLE) (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	

15.07 Wtorek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Polędwica z indyka30g Sałata80g Herbata250ml	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
15.07 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kasza manna 300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g(GLU PSZ) 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	
15.07 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml(SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g 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	

16.07 Środa Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Rzodkiewka80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
16.07 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g 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	
16.07 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g 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	

16.07 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pomidor bez skórki160g Pasta twarogowa50g(MLE) Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(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) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki120g 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	
16.07 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa kalafiorowa 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) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka z brązowego ryżu z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	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
16.07 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) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica 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	
16.07 Środa Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana	E:2223kcal B:112.35g T:75.18g Kw.tł.nas.:

	PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot wieloowocowy250ml	Salatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml	18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g
16.07 Środa Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmocone w mleku z południcą 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	
16.07 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem bezglutenowym400ml (MLE,SEL) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Kasza gryczana150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Salatka ryżowa z warzywami 120g 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	
17.07 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Ogórek80g	Grycikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g	E:2219.12kcal B:96.19g T:74.15g Kw.tł.nas.: 18.58g W:300.7g W tym cukry: 48.18g Bł:28,12g	

	Jabłko150g Herbata250ml		Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Sól:6.32g	
17.07 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manna400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	
17.07 Czwartek 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	Grycikowa z kaszą manna400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	
17.07 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manna400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	

17.07 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Grysikowa z kaszą pęczak400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Szynka drobiowa 30g Sałata80g Herbata250ml (b/c)	E:2357.74kcal B:102.12g T:.80,7g Kw.tł.nas.: 16.79g W:276.25g W tym cukry: 45.89g Bł:30,13g Sól:6.21g
17.07 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ,MLE, JAJ) Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	
17.07 Czwartek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksovane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	E:2302.11kcal B:102.42g T:.80,7g Kw.tł.nas.: 16.13g W:303.25g W tym cukry: 49.11g Bł:30,23g Sól:6.4g
17.07 Czwartek Dieta bezglutenowa	Ryż na mleku300ml (MLE)	Zupa grysikowa z kaszą jaglaną400ml(SEL,MLE)	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g	

(11/GL)	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g (JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g (MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	(MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	
18.07 Piątek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z fasolą i makaronem (GLU PSZ,SEL,MLE) Ryba smażona90g (GLU PSZ,RYB,JAJ) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
18.07 Piątek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Pulpet rybny, gotowany90g (GLU PSZ, RYB,JAJ) Sos jogurtowy80g (GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
18.07 Piątek	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE)	Zupa jarzynowa z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.:	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pulpet rybny, gotowany90g(GLU PSZ, RYB, JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)	17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
18.07 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet rybny, gotowany90g(GLU PSZ, RYB, JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Salata160g 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	
18.07 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku400ml (MLE, GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa jarzynowa z makaronem razowym400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet rybny, gotowany90g(GLU PSZ, RYB, JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	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
18.07 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Filet drobiowy , gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml	E:2011.5kcal B:101.35g T:72.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:253.13g W tym cukry:	

	Herbata250ml		Herbata250ml	42.11g Bł:25,79g Sól:6.6g	
18.07 Piątek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Pulpet rybny, gotowany90g(GLU PSZ, RYB,JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml	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
18.07 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 jarzynowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:18176.9kcal B:75.9g T:62.7g Kw.tł.nas.: 16.8g W:239.89g W tym cukry: 40.45g Bł:25.49g Sól:5.22g	E: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
18.07 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Pulpet rybny, gotowany90g(RYB,JAJ) Sos jogurtowy80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka 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	
19.07 Sobota Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Kapuśniak z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomido160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	
19.07 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	
19.07 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	

19.07 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	
19.07 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa kapuśniak z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z brązowym ryżem, mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Polędwica z majerankiem 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	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
19.07 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryzowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Dżem obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g	

	Herbata250ml			Sól:6.2g	
19.07 Sobota Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	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	
19.07 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Polędwica sopocka 30g Sałata80g Herbata250ml	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
19.07 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	

20.07 Niedziela Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Udko pieczone Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
20.07 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
20.07 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
20.07 Niedziela	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Udko gotowane	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Udko gotowane	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Polędwica dębowa 50g Sałata160g Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 17.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
20.07 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	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
20.07 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Udko gotowane 90g Lekki sos80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g (GLU PSZ) 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	
20.07 Niedziela Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie,	E:2271.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g

	PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Salata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Polędwica dębowa 50g Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie 30g Pomidor80g Herbata250ml	W:285.12g W tym cukry: 46.10g Bł:28,19g Sól:6.2g
20.07 Niedziela Dieta płynna (13)	Makaron na mleku300ml (postać płynna)(MLE ,GLU PSZ) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem i z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL, MLE, GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
20.07 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(SEL, MLE) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(MLE) Salata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Salata160g 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	
21.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, MLE,SEL)	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE)	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.:	

	PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Ogórek80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:28,7g Sól:6.8g	
21.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) 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	
21.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) 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	
21.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:291.1g	

wydzielanie soku żołądkowego (4)	drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 50.3g Bł:25,2g Sól:6.8g	
21.07 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Makaron razowy200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	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
21.07 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy 300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki200g/120g erbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa 50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2073.55kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 19.15g W:253.13g W tym cukry: 46.91g Bł:28,79g Sól:6.89g	
21.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g	E:2316kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,19g

	Salata160g Jabłko150g Herbata250ml			(MLE) Szynka konserwowa 30g Salata80g Herbata250ml	Sól:6.5g
21.07 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 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	
21.07 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Salata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(MLE,SEL) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Buraczki gotowane200g Makaron bezglutenowy200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	
22.07 Wtorek Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka80g Salata80g Banan150g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,GLU JĘCZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy50g Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2111.23kcal B:92.12g T:63.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	

	Herbata250ml				
22.07 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,GLU JĘCZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
22.07 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,GLU JĘCZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
22.07 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,GLU JĘCZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Herbata250ml	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
22.07 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,GLU JĘCZ,SEL, MLE)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb	E:2281.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.:

przyswajalnych węglowodanów (6)	Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Herbata250ml(b/c)	Kurczak w galarecie50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	18.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g
22.07 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą kukurydzianą 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g(GLU PSZ) 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	
22.07 Wtorek Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml(GLU PSZ,GLU JĘCZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana 30g Pomidor80g Herbata250ml	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
12.07 Sobota Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek	

(C1)	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Polędwica debową30g Sałata80g Herbata250ml	
22.07 Wtorek Dieta płynna (13)	Makaron na mleku300ml (postać płynna)(MLE ,GLU PSZ) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
22.07 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jaglaną 400ml(SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Herbata250ml	E:2056.6kcal B:104.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.8g	