

Jadłospis od dnia 23.07.2025r. do dnia 01.08.2025r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
23.07 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 pomidorowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(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	
23.07 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(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	
23.07 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 pomidorowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(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	

23.07 Środa 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	Zupa pomidorowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor bez skóry160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	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	
23.07 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaja50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie z mąki pełnoziarnistej ,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE,GLU ŻYT) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Sałata80g Herbata250 ml (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
23.07 Środa Dieta eliminacyjna (11) (biegunkowa)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi z serem i ziemniakami 6 sztuk(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Suchary30g(GLU PSZ) Budyń200ml 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	
23.07 Środa Dieta podstawowa	Ryż na mleku300ml(MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek	E:2316kcal B:101.35g T:72.88g

(C1)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaja50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Sałata80g Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,19g Sól:6.5g
23.07 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 pomidorowa 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	
23.07 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor160g 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	
24.07 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU	Zupa ogórkowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	E:2137.17kcal B:94.15g T:72.15g Kw.tł.nas.: 18.23g	

	PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniak z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W:289.13g W tym cukry: 48.98g Bł:28,11g Sól:6.8g	
24.07 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	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 rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
24.07 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	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 rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	T:67.1g Kw.tł.nas.: 18.02g W:289.13g W tym cukry: 48.90g Bł:26,01g Sól:6.9g	
24.07 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	T:67.1g Kw.tł.nas.: 18.02g W:289.13g	

substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	W tym cukry: 48.90g Bł:26,01g Sól:6.9g	
24.07 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)	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
24.07 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	
24.07 Czwartek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo	E:2251.17kcal B:101.35g T:70.78g Kw.tł.nas.:

	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Polędwica Wiśniowa30g Pomidor80g Herbata250ml	18.4g W:296.1g W tym cukry: 47.18g Bł:29,11g Sól:6.7g
24.07 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami bez skóry180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2022kcal B:80.11g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16,3g W:314.13g W tym cukry: 48.98g Bł:25,13g Sól:6.7g	
24.07 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	
25.07 Piątek Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku400ml (GLU PSZ,MLE)	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	E:2178.6kcal B:104.3g T:76,8g Kw.tł.nas.: 19.9g	

	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Sos chrzanowo- jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W:275.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g Sól:6.9g	
25.07 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 kukurydzianą400ml (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	
25.07 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku400ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (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	
25.07 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających	Makaron na mleku400ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry:	

wydzielanie soku żołądkowego (4)	Salata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml	48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
25.07 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku400ml (MLE, GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	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)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska Parzona30g Ogórek80g 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
25.07 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	
25.07 Piątek Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku400ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko150g	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	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE)	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

	Herbata250ml			Krakowska parzona30g Sałata80g Herbata250ml	
25.07 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 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	
25.07 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica 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	
26.07 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 koperkowa z makaronem400ml(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	

26.07 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(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 rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	
26.07 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 koperkowa z makaronem400ml(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 rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	
26.07 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 koperkowa z makaronem400ml(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 rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	

26.07 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa koperkowa z makaronem razowym400ml(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 Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g Pomidor80g 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
26.07 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(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	
26.07 Sobota Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	
26.07 Sobota Dieta bezglutenowa	Ryż na mleku300ml (MLE)	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE)	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g	

(11/GL)	Pieczyno bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	(MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	
27.07 Niedziela Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Piecyno pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udło pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Piecyno 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 Bł:30,19g Sól:6.77g	
27.07 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Piecyno pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udło gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Piecyno 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	
27.07 Niedziela	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Piecyno pszenne80g (GLU PSZE)	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udło gotowane	Piecyno pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka	E:2117.86kcal B:94.23g T:80.12g Kw.tł.nas.:	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	16.32g W:279.11g W tym cukry: 50.12g Bł:27,11g Sól:6.07g	
27.07 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	
27.07 Niedziela Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata 250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym400ml (GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata 250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie30g Ogórek80g Herbata250 ml (b/c)	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
27.07 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g	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	E:2077.7kcal B:89.4g T:.61,7g Kw.tł.nas.: 17.2g W:283.25g W tym cukry: 45.18g	

	Kisiel200ml Herbata250ml		Herbata250ml	Bł:25,23g Sól:6.21g	
27.07 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) Polędwica z warzywami 30g Sałata80g Herbata250ml	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
27.07 Niedziela Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne rozmaczone w mleku z dodatkiem pierś 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 miekko300ml(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	
27.07 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko150g	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	E:2117.86kcal B:94.23g T:80.12g Kw.tł.nas.: 16.32g W:279.11g W tym cukry:	

	Herbata250ml		(MLE) Herbata250ml	50.12g Bł:28,11g Sól:6.07g	
28.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i fasolą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g (MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2071.6kcal B:101.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.5g W:272.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
28.08 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g (MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
28.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g	

(3)	Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g (MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	(MLE) Kompot wielowocowy250ml	Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
28.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g (MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g (MLE) Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona 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	
28.07 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych 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 na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g (MLE)(b/c) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kakowska wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2376kcal B:97g T:74,7g Kw.tł.nas.:18,1g W:255g W tym cukry: 43,1g Bł:28,1g Sól:6,9g
28.07 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g	E:2026.6kcal B:89.3g T:63.8g Kw.tł.nas.: 16.4g	

	Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Herbata250ml	(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	
28.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g (MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Pomidor80g Herbata250mlp	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
28.07 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmixowany 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 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	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
28.07 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g	Zupa wielowarzywna z ziemniakami400ml (SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/80g (MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g	E:2076.6kcal B:97.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g	

	Banan150g Herbata250ml		Salata160g Herbata250ml	Bł:26,1g Sól:6.5g	
29.07 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 wiejską400ml(GLU JĘCZ,SEL, MLE) Kotlet mielony smażony90g(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g 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	
29.07 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 wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g 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	
29.07 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g	E:2014.14kcal B:102.42g T:65,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g	

	Herbata250ml	Salata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	(MLE) Herbata150ml	Bł:27,13g Sól:6.21g	
29.07 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 wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g 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	
29.07 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Polędwica wiśniow30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	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
29.07 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2077.74kcal B:97.42g T:.71,7g Kw.tł.nas.: 15g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:26,23g Sól:6.21g	
29.07 Wtorek Dieta podstawowa	Ryż na mleku300ml(MLE)	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE)	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek	E:2285.29kcal B:98.12g T:75.10g

(C1)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Polędwica wiśniowa30g Sałata80g Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,29g Sól:6.55g
29.07 Wtorek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmixowany 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	
29.07 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g 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	
30.07 Środa Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata80g Ogórek80g	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z białym serem i ziemniakami polane cebulką z olejem rzepakowym, 6 sztuk(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g 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	

	Banan150g Herbata250ml			Sól:6.8g	
30.07 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z białym serem i ziemniakami, polane olejem rzepakowym 6 sztuk(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	
30.07 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 ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z białym serem i ziemniakami, polane olejem rzepakowym 6 sztuk(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	
30.07 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 ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z białym serem i ziemniakami, polane olejem rzepakowym 6 sztuk(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	
30.07 Środa	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)	Zupa pieczarkowa z ryżem brązowym400ml(GLU PSZ,MLE,SEL)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek	E:2156kcal B:112.35g T:72.88g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Pierogi ruskie z maki pełnoziarnistej z białym serem i ziemniakami, polane olejem rzepakowym 6 sztuk(GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT) Surówka z marchewki z dodatkiem jabłka200g Herbata250ml (b/c)	(MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	Kw.tł.nas.: 16.4g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:29,79g Sól:6.5g
30.07 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(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	
30.07 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 ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z białym serem i ziemniakami, polane olejem rzepakowym 6 sztuk(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml	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
30.07 Środa Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna)	Zupa ryżowa 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)	E:1811.6kcal B:76.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:252.1g W tym cukry:	

	Kisiel200ml Herbata 250ml		Herbata250ml	42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g	
30.07 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml (MLE,SEL) Schab 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	
31.07 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	Zupa dyniowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy, smażony90g(GLU PSZ, JAJ) 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	
31.07 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek (MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makronem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy, 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	

31.07 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	Zupa dyniowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy 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	
31.07 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	Zupa dyniowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy 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	
31.07 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek (MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa dyniowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	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

31.07 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kasza manna300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z kaszą manna400ml (SEL,MLE,GLU PSZ) Filet drobiowy gotowany w lekkim w sosie 90g/80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
31.07 Czwartek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek (MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g Sałata 80g Herbata250ml	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
31.07 Czwartek Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem 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	
31.07 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek (MLE)	Zupa dyniowa z makaronem bezglutenowym400ml (SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g	E:2012.91kcal B:95g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g	

	Salata160g Jabłko150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
01.08 Piątek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryba smażona90g(GLU PSZ,RYB,IAJ) 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 sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
01.08 Piątek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
01.08 Piątek	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka	E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.:	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	
01.08 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	
01.08 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 Sałata160g 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)	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
01.08 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g	Grysikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ)	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g	

	Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Kisiel 200ml Herbata250ml	W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	
01.08 Piątek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml	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
01.08 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 grycikowa z kaszą manną i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E: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	
01.08 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Banan150g	Grycikowa z kaszą jaglaną400ml (SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 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	



	Herbata250ml		Sól:6.2g	
--	--------------	--	----------	--