

Jadłospis od dnia 12.08.2025 r. do dnia 21.08.2025 r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
12.08 Wtorek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem i fasolą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2156.97kcal B:101.35g T:74.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.7g	
12.08 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2056.22kcal B:103.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
12.08 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2056.22kcal B:103.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
12.08 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g	Zupa jarzynowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:2056.22kcal B:103.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry:	

(4)	Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml	47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g
12.08 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa jarzynowa z makaronem razowym 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprządzana jogurtem naturalnym, duszona180g(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) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z warzywami30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2256.87kcal B:112.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.45g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g			
12.08 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami bez skóry, 180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2001.68kcal B:103.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.49g W:289.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,23g Sól:6.01g
12.08 Wtorek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprządzana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE)) Polędwica z warzywami 30g Sałata80g Herbata250ml

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:22536.87kcal B:112.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.15g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g				
12.08 Wtorek Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka na miękko i mięsa drobiowego bez skóry300ml(GLU PSZ, MLE, JAJ)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa jarzynow z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Ryż gotowany na mleku zmiksowany z bananem300ml(MLE) Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:1874.22kcal B:85.35g T:68.18g Kw.tł.nas.: 17.42g W:299.13g W tym cukry: 45.98g Bł:25,21g Sól:5.22g	
12.08 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2159.97kcal B:101.35g T:72.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:27,13g Sól:6.7g	
13.08 Środa Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) 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	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
13.08 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 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 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	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g

				Sól:6.8g	Sól:6.22g
13.08 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 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 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	E:2221.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
13.08 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 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	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Sałatka z ryżem brązowym pomidorami i cebulką, skropiona oliwą120g Herbata 250ml (b/c)
13.08 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa pieczarkowa z brązowym ryżem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie 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) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2156kcal B:112.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 16.4g W:263.13g W tym cukry:				E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.71g W:278.9g W tym cukry:

	42.11g Bł:29,79g Sól:6.5g				42.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
13.08 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) 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	
13.08 Środa Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2223kcal B:112.35g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g				E:1995.17kcal B:99.15g T:61.7g Kw.tł.nas.: 14.71g W:266.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.02g Sól:6.17g
13.08 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 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) 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	E:2128.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.71g W:278.9g W tym cukry: 42.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
13.08 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml (MLE,SEL) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE)	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g	E:2076.6kcal B:100.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 16.2g

	Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Salata160g Herbata250ml	16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,1g Sól:6.5g	21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
14.08 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(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) Paszтет drobiowy 50g Pomidor160g 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	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
14.08 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(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) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 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	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
14.08 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(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) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 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	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
14.08 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(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) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 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	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamk65g 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski

				Bł:28.07g Sól:6.2g	200g (MLE)
14.08 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ 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) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2377.74kcal B:104.42g T:81.7g Kw.tł.nas.: 16.73g W:299.25g W tym cukry: 48.18g Bł:31,23g Sól:6.21g				E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
14.08 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy, gotowany90g 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: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	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski 200g (MLE)
14.08 Czwartek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot 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	
14.08 Czwartek Dieta podstawowa	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo	E:1976.12kcal B:89.9g T:71.76g

(C1)	(GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z wrzywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g Sałata80g Herbata250ml	Kw.tf.nas.: 20.8g W:267.54g W tym cukry: 45.45g Bł:26,93g Sól:6.42g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2302.11kcal B:105.42g T:82,7g Kw.tf.nas.: 16.13g W:306.25g W tym cukry: 49.11g Bł:30,23g Sól:6.4g				E:2111.97kcal B:113.97g T:72.1g Kw.tf.nas.: 21.8g W:278.55g W tym cukry: 50.45g Bł:28,09g Sól:6.12g
14.08 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tf.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	E:2323.77kcal B:107.21g T:74.85g Kw.tf.nas.: 20.65g W:293.22g W tym cukry: 51.49g Bł:29,09g Sól:7.19g
15.08 Piątek Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,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,JAJ) Surówka z kiszanej 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.tf.nas.: 18.98g W:303.10g W tym cukry: 48.18g Bł:28,19g Sól:6.22g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tf.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
15.08 Piątek Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g

(2)	Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Kw.tf.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	Kw.tf.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
15.08 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,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) Buraczki gotowane200g 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.tf.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tf.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
15.08 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,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) Buraczki gotowane200g 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.tf.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Wafle ryżowe 20g
15.08 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 pęczak400ml (GLU PSZ SEL,MLE,GLU JĘCZ) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb 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)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2291.65kcal B:102.35g T:78.14g Kw.tf.nas.: 19.3g W:242.13g W tym cukry: 43.15g Bł:28,65g				E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tf.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g

	Sól:6.8g				Sól:6.89g
15.08 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g
15.08 Piątek Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g 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	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
15.08 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 grysikowa 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	E:2013.12kcal B:101.34g T:71.78g Kw.tł.nas.: 20.09g W:251.89g W tym cukry: 49.02g Bł:28,04g Sól:6.42g
15.08 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB) Sos zaprawiany jogurtem	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.:	E:2155.11kcal B:87.23g T:70.14g Kw.tł.nas.:

	50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	50g Sałata160g Herbata250ml	18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	18.09g W:273.86g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.43g
16.08 Sobota Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
16.08 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
16.08 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
16.08 Sobota 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) Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	
16.08 Sobota	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ GLU OW,MLE)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL,MLE)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g	Posiłek Dodatkowy	E:2147.86kcal B:89.23g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Ryż brązowy z polewą jogurtową200g/120g(MLE) (b/c) Herbata250ml(b/c)	(MLE) Krakowska wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z majerankiem 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:293.12g W tym cukry: 50.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2376kcal B:97g T:74,7g Kw.tł.nas.:18,1g W:255g W tym cukry: 43,1g Bł:28,1g Sól:6,9g				POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka Grahamka65g (GLU PSZ) Pasta Twarogowa 50g (MLE) Herbata250ml
16.08 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2026.6kcal B:89.3g T:63.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	
16.08 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Polędwica z majerankiem 30g Sałata80g Herbata250ml	E:1818.19kcal B:71.23g T:64.14g Kw.tł.nas.: 16.32g W:241.12g W tym cukry: 40.12g Bł:26,20g Sól:6.19g

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2352kcal B:97g T:73,7g Kw.tł.nas.:18,2g W:253g W tym cukry: 43,5g Bł:28,1g Sól:6,9g				E:2011.98kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:255.12g W tym cukry: 42.99g Bł:27,01g Sól:6.23g
16.08 Sobota Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiśowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiśowany 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:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g
16.08 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami400ml (SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g
17.08 Niedziela Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica wieśniowa50g 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	E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g
17.08 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wieśniowa50g 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	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Kromka chleba Graham 30g (GLU PSZ) Jajko na miękko (JAJ)
17.08	Manna na mleku300ml	Rosół jarski z makaronem400ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)	E:2011.20kcal	E:2222.19kcal

Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	(GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g
17.08 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 Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g 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	E:1874.19kcal B:73.14g T:80.14g Kw.tł.nas.: 17.21g W:278.12g W tym cukry: 47.76g Bł:27.17g Sól:6.23g
17.08 Niedziela Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g 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 wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka drobiowa30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2286.86kcal B:96.23g T:81.12g Kw.tł.nas.: 17.12g W:249.11g W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g				
17.08 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane Lekki sos80(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g (GLU PSZ)	E:2086.6kcal B:87.3g T:60.8g Kw.tł.nas.: 17.4g W:248.1g	E:2101.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:278.12g

		Herbata250ml	Kisiel200ml Herbata250ml	W tym cukry: 41.9g Bł:25,9g Sól:6.8g	W tym cukry: 50.19g Bł:28,17g Sól:6.43g
17.08 Niedziela Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica wieśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Szynka drobiowa30g Ogórek80g Herbata250ml	E:2201.17kcal B:91.23g T:78.18g Kw.tł.nas.: 20.98g W:299.10g W tym cukry: 48.19g Bł:27,17g Sól:6.43g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2286.86kcal B:96.23g T:81.12g Kw.tł.nas.: 17.12g W:249.11g W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g				E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
17.08 Niedziela Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem piersi gotowanej i warzyw bez skóry300ml(GLU PSZ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Kasza manna zmiksowana z zacierką jarzynową i jajkiem na miekkko300ml(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	E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
17.08 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Banan150g	Rosół z makaronem bezglutenowym400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica wieśniowa50g Sałata160g	E:2056.6kcal B:91.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 18,4g W:270.1g	E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g

	Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Herbata250ml	W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.8g	W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
18.08 Poniedziałek 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 PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) 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	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
18.08 Poniedziałek 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) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) 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	
18.08 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	E:2014.14kcal B:102.42g T:65,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
18.08 Poniedziałek 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) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	E:2014.74kcal B:102.42g T:65,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g	E:1899.19kcal B:78.90g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.12g W:273.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
18.08 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ)	E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g

(6)	Salata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Salata z lekkim sosem200g Makaron razowy200g(GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)	Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml (b/c)	Masło10g(MLE) Polędwica wiśniow30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2297.02kcal B:119.08g T:74.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:248.76g W tym cukry: 46.11g Bł:27,12g Sól:6.23g				E:2215.98kcal B:101.67g T:80,1g Kw.tł.nas.: 19.33g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
18.08 Poniedziałek 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) Kasza manna z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry250g/100g(GLU PSZ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2077.74kcal B:97.42g T:71,7g Kw.tł.nas.: 15g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:26,23g Sól:6.21g	E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
18.08 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Polędwica wiśniowa30g Sałata80g Herbata250ml	E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2285.29kcal B:98.12g T:75.10g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,29g Sól:6.55g				E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
18.08	Kleik ryżowy300ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską i z	Bulion drobiowy z dodatkiem	E:1812kcal	E:2015.976kcal

Poniedziałek Dieta płynna (13)	Twaróg zmiękowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot jabłkowy250ml	warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	B:61g T:60,1g Kw.tł.nas.:14,1g W:245g W tym cukry: 42,7g Bł:26,1g Sól:5,7g	B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
18.08 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jaglaną400ml (SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron bezglutenowy200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2071.74kcal B:98.42g T:78,7g Kw.tł.nas.: 15.6g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,28g Sól:6.21g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)
19.08 Wtorek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Ogórek80g Rzodkiewka80g Bana150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy,smażony90g(IAJ, GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)
19.08 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
19.08 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	E:1879.98kcal B:69.75g T:74,1g Kw.tł.nas.: 17.33g W:275.19g W tym cukry: 46.09g Bł:27.87g Sól:6.06g
19.08 Wtorek	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW)	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE)	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	E:2042.12kcal B:95.08g	E:2019.90kcal B:102.87g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Galareta drobiowa80g Sałata160g Herbata250ml	T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g	T::80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:276.15g W tym cukry: 47.08g Bł:29,01g Sól:6.09g
19.08 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Pomidorowa z ryżem brązowym400ml (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 Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2212kcal B:99,4g T:65,7g Kw.tł.nas.:17,2g W:278g W tym cukry: 42,2g Bł:28,5g Sól:6,8g				
19.08 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kasza manna300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (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	
19.08 Wtorek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ,	

	Banan150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g Pomidor 80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2211kcal B:97,4g T:62,7g Kw.tł.nas.:16,8g W:275g W tym cukry: 43,9g Bł:28,2 Sól:6,8g			
19.08 Wtorek Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot wielowocowy250ml	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
19.08 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g 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
20.08 Środa Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAU) Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa fasolowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane cebulką z olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 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
20.08	Ryż na mleku300ml(MLE)	Zupa koperkowa z	Pieczywo pszenne80g (GLU	E:2286kcal

Środa Dieta łatwostrawna (2)	Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	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
20.08 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 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
20.08 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g 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
20.08 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 koperkowa z razowym makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z mąki pełnoziarnistej z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie30g Sałata80g Herbata250 ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2326kcal B:102.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry:			

	42.11g Bł:28,79g Sól:6.5g			
20.08 Środa Dieta eliminacyjna (11) (biegunkowa)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa 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
20.08 Środa Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jają50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie30g Sałata80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2316kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,19g Sól:6.5g			
20.08 Środa Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1876.87kcal B:87.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:251.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.06g
20.08 Środa Dieta bezglutenowa	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE)	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Schab gotowany90g	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana	E:2256kcal B:102.1g T:69.8g

(11/GL)	Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 18.1g W:261.1g W tym cukry: 48.3g Bł:25,1g Sól:6.8g
21.08 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kotlet mielony, smażony90g(GLU PSZ, MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2219.12kcal B:96.19g T:74.15g Kw.tł.nas.: 18.58g W:300.7g W tym cukry: 48.18g Bł:28,12g Sól:6.32g
21.08 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g
21.08 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g
21.08 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g 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
21.08 Czwartek	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g	Posiłek Dodatkowy

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)	(MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Polędwica z indyka 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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			
21.08 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(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) 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
21.08 Czwartek 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 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
21.08 Czwartek Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE)

				Polędwica z indyka 30g Pomidor 80g Herbata 250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E: 2302.11kcal B: 102.42g T: 80,7g Kw.tł.nas.: 16.13g W: 303.25g W tym cukry: 49.11g Bł: 30,23g Sól: 6.4g			
21.08 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku 300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe 80g Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor 160g Banan 150g Herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (SEL, MLE) Pulpet mielony, gotowany 90g (JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Kasza jagłana 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło 15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Herbata 250ml	E: 2061.10kcal B: 97.00g T: 70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W: 281.11g W tym cukry: 47.18g Bł: 26,02g Sól: 6.2g