

Jadłospis od dnia 20.12.2025r. do dnia 29.12.2025r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
20.12 Sobota Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem, zaprawiany jogurtem naturalnym100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml	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	
20.12 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem, zaprawiany jogurtem naturalnym100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ) 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	
20.12 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem, zaprawiany jogurtem naturalnym100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g	

	Herbata250ml		Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Bł:28.07g Sól:6.2g	
20.12 Sobota 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 koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem, zaprawiany jogurtem naturalnym100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ) 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	
20.12 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 ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem, zaprawiany jogurtem naturalnym100g(MLE) Makaron razowy200g(GLU PSZ) 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
20.12 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki200g/120g 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	
20.12 Sobota Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	
20.12 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem, zaprawiany jogurtem naturalnym100g(MLE) Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, 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) Pierś gotowana 30g Pomidor 80g Herbata250ml	E:2302.11kcal B:105.42g T: 82,7g Kw.tł.nas.: 16.13g W:306.25g W tym cukry: 49.11g Bł:30,23g Sól:6.4g
20.12 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Szpinak z kurczakiem, zaprawiany jogurtem naturalnym100g(MLE) Makaron bezglutenowy200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	
21.12 Niedziela	Ryż na mleku300ml(MLE)	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL)	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU	E:2251.17kcal B:101.12g	

Dieta podstawowa (1)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml	Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	T:71.18g Kw.tł.nas.: 22.1g W:301.13g W tym cukry: 48.18g Bł:27,13g Sól:6.9g	
21.12 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2089.7kcal B:100.31g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:299.13g W tym cukry: 46.05g Bł:26,6g Sól:6.9g	
21.12 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2089.7kcal B:100.31g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:299.13g W tym cukry: 46.05g Bł:26,6g Sól:6.9g	
21.12 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:2058.16kcal B:100.35g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:289g W tym cukry: 46.03g	

(4)	Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml	Bł:26,6g Sól:6.6g	
21.12 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym m400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa 30g Ogórek80g Herbata 250ml(b/c)	E:2283kcal B:104g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:256g W tym cukry:42g Bł:27,8g Sól:7,1g
21.12 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL) Udko gotowane Lekki sos80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Kisiel200ml Suchary30g(GLU PSZ) Herbata250ml	E:1858.23kcal B:77.81g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.2g W:265.9g W tym cukry: 46.1g Bł:26.32g Sól:5.76g	
21.12 Niedziela Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Krakowska	E:2261kcal B:102g T:65,8g Kw.tł.nas.:16.5g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g

				parzona30g Sałata80g Herbata250ml	
21.12 Niedziela Dieta płynna (13)	Ryż na mleku300ml(MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem z dodatkiem mięsa drobiowego400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:2022kcal B:80.11g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16,3g W:314.13g W tym cukry: 48.98g Bł:25,13g Sól:6.7g	
21.12 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g(MLE) Połędwica wiśniowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Połędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2251.17kcal B:101.12g T:71.18g Kw.tł.nas.: 22.1g W:289.13g W tym cukry: 48.1g Bł:27,0g Sól:6.9g	
22.12 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Połędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2071.6kcal B:101.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.5g W:272.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	

<p>22.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g</p>	
<p>22.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g</p>	
<p>22.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>22.12 Poniedziałek</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ GLU OW,MLE)</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek</p>	<p>E:2376kcal B:97g T:74,7g</p>

<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Ryż brązowy z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>(MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Kw.tł.nas.:18,1g W:255g W tym cukry: 43,1g Bł:28,1g Sól:6,9g</p>
<p>22.12 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Banan250g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki(GLU PSZ, MLE, JAJ) Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel 200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>22.12 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa szpinakowa ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Pomidor80g Herbata250ml</p>	<p>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</p>

22.12 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmikсовany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmikсовany 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	
22.12 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2076.6kcal B:97.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,1g Sól:6.5g	
23.12 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) Rzodkiewka80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JECZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Makaron200g(GLU PSZ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szyunka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2126.11kcal B:95.15g T:71.15g Kw.tł.nas.: 19.23g W:301.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.9g	
23.12 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JECZ,SEL, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	E:2074.1kcal B:96.2g T:68.1g Kw.tł.nas.:	

	Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Makaron200g(GLU PSZ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	18.19g W:289.13g W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.9g	
23.12 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JECZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Makaron200g(GLU PSZ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2074.1kcal B:96.2g T:68.1g Kw.tł.nas.: 17.19g W:289.13g W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.9g	
23.12 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji popudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JECZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Makaron200g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2074.1kcal B:95.2g T:68.1g Kw.tł.nas.: 17.19g W:287.13g W tym cukry: 48.71g Bł:26,3g Sól:6.9g	
23.12 Wtorek	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JECZ,SEL, MLE)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g	Posiłek dodatkowy podwieczorek	E:2315kcal B:101g T:76.7g

<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Makaron razowy 200g(GLU PSZ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>(MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Polędwica wiśniowa 30g Ogórek80g Herbata250ml b/c)</p>	<p>Kw.tł.nas.: 17.5g W:278.9g W tym cukry: 46.4g Bł:28,1g Sól:6.5g</p>
<p>23.12 Wtorek Dieta płynna (13)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany ,przetarty z zupą jarzynową i drobiem bez skóry 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą wiejską i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Twaróg zmiksowany z mlekiem oraz bananem300ml (MLE) (postać płynna) Kisiel 200ml Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>23.12 Wtorek Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JECZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Makaron200g(GLU PSZ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Polędwica Wiśniowa30g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>E:2251.17kcal B:101.35g T:70.78g Kw.tł.nas.: 18.4g W:296.1g W tym cukry: 47.18g Bł:29,11g Sól:6.7g</p>

<p>23.12 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą manną400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ,MLE) Ryż gotowany150g Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>23.12 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą jaglaną 400ml(SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Makaron bezglutenowy200g Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>24.12 Wigilia Środa Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi z kapustą i grzybami, 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa120g(JAJ, SEL) Ryba po grecku 120g(RYB) Ciasto(GLU PSZ, JAJ) Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>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</p>	

<p>24.12 Wigilia Środa Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi z białym serem i ziemniakami 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa120g(JAJ, SEL) Ryba po grecku 120g(RYB) Ciasto(GLU PSZ, JAJ) Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>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</p>	
<p>24.12 Wigilia Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi z białym serem i ziemniakami 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa120g(JAJ, SEL) Ryba po grecku 120g(RYB) Ciasto(GLU PSZ, JAJ) Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>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</p>	
<p>24.12 Wigilia Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi z białym serem i ziemniakami 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa120g(JAJ, SEL) Ryba po grecku 120g(RYB) Ciasto(GLU PSZ, JAJ) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>24.12 Wigilia Środa</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)</p>	<p>Zupa barszcz czerwony400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Pierogi z mąki pełnoziarnistej z białym serem i ziemniakami 6</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb</p>	<p>E:2156kcal B:112.35g T:72.88g Kw.tł.nas.:</p>

<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Sałátka jarzynowa120g(JAJ, SEL) Ryba po grecku 120g(RYB) Ciasto(GLU PSZ, JAJ) Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>16.4g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:29,79g Sól:6.5g</p>
<p>24.12 Wigilia Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Barszcz czerwony400ml (SEL,MLE,GLU PSZ) Pierogi z białym serem i ziemniakami 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Suchary 30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>24.12 Wigilia Środa Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi z białym serem i ziemniakami 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa120g(JAJ, SEL) Ryba po grecku 120g(RYB) Ciasto(GLU PSZ, JAJ) Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml</p>	<p>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</p>
<p>24.12 Wigilia Środa Dieta płynna (13)</p>	<p>Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ)</p>	<p>E:1811.6kcal B:76.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:252.1g</p>	

	południową drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml		Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g	
24.12 Wigilia Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(MLE,SEL) Pulpet rybny90g(RYB, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa120g(JAJ, SEL) Ryba po grecku 120g(RYB) 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	
25.12 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona50g Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Schab smażony90g(GLU PSZ, JAJ) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	
25.12 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	

<p>25.12 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>25.12 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>25.12 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Zupa wielowarzywna z makaronem razowym400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Szynka drobiowa 30g Sałata80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>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</p>
<p>25.12 Czwartek Dieta eliminacyjna</p>	<p>Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany90g</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g</p>	<p>E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g</p>	

(biegunkowa) (11)	(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Lekki sos80g (GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	(MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	
25.12 Czwartek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml (JAJ, GLU PSZ) (postać płynna) Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem 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	
25.12 Czwartek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Krakowska parzona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Szynka drobiowa 30g Pomidor 80g Herbata250ml	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
25.12 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE)	Zupa wielowarzywna z makaronem bezglutenowym400ml (SEL,MLE) Schab gotowany90g	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g	

	Krakowska parzona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	
26.12 Piątek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filtu50g(RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2178.6kcal B:104.3g T:76,8g Kw.tł.nas.: 19.9g W:275.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g Sól:6.9g	
26.12 Piątek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
26.12 Piątek	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml (GLU PSZ,SEL,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.:	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
26.12 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Herbata250ml	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
26.12 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku400ml (MLE,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	E:2276.65kcal B:112.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g
26.12 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy , gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g	E:2011.5kcal B:101.35g T:72.8g Kw.tł.nas.:	

(11)	Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	17.2g W:253.13g W tym cukry: 42.11g Bł:25,79g Sól:6.6g	
26.12 Piątek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek 50g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml	E:2246.2kcal B:108.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: 18.15g W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g
26.12 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 ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:18176.9kcal B:75.9g T:62.7g Kw.tł.nas.: 16.8g W:239.89g W tym cukry: 40.45g Bł:25.49g Sól:5.22g	
26.12 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g	Zupa ziemniaczana400ml (SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(MLE) Buraczki gotowane200g	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB)	E:2141.6kcal B:107.3g T:72,8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g	

	Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Kasza gryczana150g Kompot wieloowocowy250ml	Sałata160g Herbata250ml	W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
27.12 Sobota Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryz zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomido160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2239.19kcal B:95.19g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.58g W:302.10g W tym cukry: 47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	
27.12 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE MLE Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryz zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g 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	
27.12 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryz zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(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	

			Herbata250ml		
27.12 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki 200g/120g 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	
27.12 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa grysikowa z kaszą pęczak400ml(GLU PSZ ,GLU JĘCZ,SEL,MLE) Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Szynka drobiowa 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2377.74kcal B:104.42g T:81,7g Kw.tł.nas.: 16.73g W:299.25g W tym cukry: 48.18g Bł:31,23g Sól:6.21g
27.12 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryzowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Dżem obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	

<p>27.12 Sobota Dieta płynna (13)</p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g</p>	
<p>27.12 Sobota Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Połędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Krakowska parzona 30g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>E:2302.11kcal B:105.42g T:82,7g Kw.tł.nas.: 16.13g W:306.25g W tym cukry: 49.11g Bł:30,23g Sól:6.4g</p>
<p>27.12 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą jaglana400ml(SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Połędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g</p>	

<p>28.12 Niedziela Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Rosół z makaonem400ml(GLU PSZ, SEL) Udko pieczone Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>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</p>	
<p>28.12 Niedziela Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Rosół jarski z makaronem 400ml(GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>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</p>	
<p>28.12 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Rosół jarski z makaronem 400ml(GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>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</p>	
<p>28.12 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)</p>	<p>Rosół jarski z makaronem 400ml(GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ)</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g</p>	<p>E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g</p>	

pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)	Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Sałata160g Herbata250ml	W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
28.12 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Rosół jarski z makaronem razowym 400ml(GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	E:2281.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g
28.12 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Kasza manna na rosole 400ml(GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Lekki sos80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2086.6kcal B:87.3g T:60.8g Kw.tł.nas.: 17.4g W:248.1g W tym cukry: 41.9g Bł:25,9g Sól:6.8g	
28.12 Niedziela Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g	Rosół z makaronem400ml(GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ,	E:2271.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:285.12g W tym cukry:

	Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie 30g Pomidor80g Herbata250ml	46.10g Bł:28,19g Sól:6.2g
28.12 Niedziela Dieta płynna (13)	Makaron na mleku300ml (postać płynna)(MLE ,GLU PSZ) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem i z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiśowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiśowany 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	
28.12 Niedziela Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml(SEL, MLE) Udki gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2056.6kcal B:91.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 18,4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.8g	
29.12 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Zupa ogórkowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem120g(GLU PSZ,MLE,JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry:	

	<p>Polędwica drobiowa z majerankiem50g Ogórek80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml</p>		<p>Herbata250ml</p>	<p>50.7g Bł:28,7g Sól:6.8g</p>	
<p>29.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g</p>	
<p>29.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g</p>	
<p>29.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g</p>	<p>E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:291.1g W tym cukry: 50.3g</p>	

(4)	Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml		Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Bł:25,2g Sól:6.8g	
29.12 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa ogórkowa z brązowym ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Makaron razowy z białym serem i tartym jabłkiem 200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2326kcal B:102.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,79g Sól:6.5g
29.12 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)	Kleik ryżowy 300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Naleśniki z musem bananowym, 2 sztuki(GLU PSZ,MLE,JAJ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa 50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2073.55kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 19.15g W:253.13g W tym cukry: 46.91g Bł:28,79g Sól:6.89g	
29.12 Poniedziałek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	E:2316kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g

	<p>Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>		<p>Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa 30g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Bł:28,19g Sól:6.5g</p>
<p>29.12 Poniedziałek Dieta płynna (13)</p>	<p>Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml</p>	<p>Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:1876.87kcal B:87.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:251.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.06g</p>	
<p>29.12 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 400ml(MLE,SEL) Makaron bezglutenowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/60g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa,wieprzowa grubo rozdrobniona 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2256kcal B:102.1g T:69.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:261.1g W tym cukry: 48.3g Bł:25,1g Sól:6.8g</p>	