

Jadłospis od dnia 28.02.2026 r. do dnia 09.03.2026 r.

| DATA   | ŚNIADANIE  | OBIAD   | KOLACJA  | WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA   | WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA |
|--|--|---|--|--|--|
| 28.02<br>Sobota<br>Dieta podstawowa<br>(1)   | Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU OW, MLE)<br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE)<br>Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g<br>Pomidor 80g<br>Ogórek 80g<br>Jabłko 150g<br>Herbata 250ml | Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (GLU PSZ SEL, MLE)<br>Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g (MLE)<br>Kompot jabłkowy 250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE)<br>Rolada drobiowa 50g<br>Sałata 160g<br>Jogurt naturalny 120g (MLE)<br>Herbata 250ml | E: 2071.6kcal<br>B: 101.3g<br>T: 64.8g<br>Kw.tł.nas.: 16.5g<br>W: 272.1g<br>W tym cukry: 45.9g<br>Bł: 27,7g<br>Sól: 6.8g |  |
| 28.02<br>Sobota<br>Dieta łatwostrawna<br>(2) | Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU OW, MLE)<br>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)<br>Masło 15g (MLE)<br>Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g<br>Pomidor bez skórki 160g<br>Jabłko bez skórki 150g<br>Herbata 250ml             | Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (GLU PSZ SEL, MLE)<br>Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g (MLE)<br>Kompot jabłkowy 250ml | Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)<br>Masło 15g (MLE)<br>Rolada drobiowa 50g<br>Sałata 160g<br>Jogurt naturalny 120g (MLE)<br>Herbata 250ml                      | E: 2076.6kcal<br>B: 99.3g<br>T: 63.2g<br>Kw.tł.nas.: 16.2g<br>W: 273.1g<br>W tym cukry: 45.9g<br>Bł: 26,5g<br>Sól: 6.8g  |  |
| 28.02<br>Sobota                              | Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU OW, MLE)  | Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (GLU PSZ SEL, MLE)   | Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)<br>Masło 15g  | E: 2076.6kcal<br>B: 99.3g<br>T: 63.2g  |  |

|  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
| <p><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</b></p>  | <p>Pieczywo pszenne 80g<br/>(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g<br/>Pomidor bez skórki 160g<br/>Jabłko bez skórki 150g<br/>Herbata 250ml</p>   | <p>Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g (<b>MLE</b>)<br/>Kompot jabłkowy 250ml</p>   | <p>(<b>MLE</b>)<br/>Rolada drobiowa 50g<br/>Sałata 160g<br/>Jogurt naturalny 120g (<b>MLE</b>)<br/>Herbata 250ml</p>  | <p>Kw.tł.nas.: 16.2g<br/>W: 273.1g<br/>W tym cukry: 45.9g<br/>Bł: 26,5g<br/>Sól: 6.8g</p>   |   |
| <p><b>28.02 Sobota</b><br/><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)</b></p> | <p>Płatki owsiane na mleku 300ml (<b>GLU OW, MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g<br/>Pomidor bez skórki 160g<br/>Jabłko pieczone bez skórki 150g<br/>Herbata 250ml</p> | <p>Zupa ziemniaczna 400ml (<b>GLU PSZ SEL, MLE</b>)<br/>Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g (<b>MLE</b>)<br/>Kompot jabłkowy 250ml</p>                                  | <p>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Rolada drobiowa 50g<br/>Sałata 160g<br/>Jogurt naturalny 120g (<b>MLE</b>)<br/>Herbata 250ml</p>          | <p>E: 2079.6kcal<br/>B: 98.1g<br/>T: 63.2g<br/>Kw.tł.nas.: 16.2g<br/>W: 273.1g<br/>W tym cukry: 45.9g<br/>Bł: 26,5g<br/>Sól: 6.8g</p>   |   |
| <p><b>28.02 Sobota</b><br/><b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b></p>                                  | <p>Płatki owsiane na mleku 300ml (<b>GLU PSZ GLU OW, MLE</b>)<br/>Chleb graham 80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g<br/>Pomidor 160g<br/>Jabłko 150g<br/>Herbata 250ml (<b>b/c</b>)</p>               | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (<b>GLU PSZ SEL, MLE</b>)<br/>Ryż brązowy n z polewą jogurtową 200g/150g (<b>MLE</b>) (<b>b/c</b>)<br/>Herbata 250ml (<b>b/c</b>)</p> | <p>Chleb graham 80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Rolada drobiowa 50g<br/>Sałata 160g<br/>Jogurt naturalny 120g (<b>MLE</b>)<br/>Herbata 250ml (<b>b/c</b>)</p> | <p><b>Posiłek Dodatkowy</b><br/>Podwieczorek<br/>Chleb<br/>Graham 50g (<b>GLU PSZE</b>)<br/>Masło 10g (<b>MLE</b>)<br/>Pierś gotowana 30g<br/>Ogórek 80g<br/>Herbata 250ml (<b>b/c</b>)</p> | <p>E: 2376kcal<br/>B: 97g<br/>T: 74,7g<br/>Kw.tł.nas.: 18,1g<br/>W: 255g<br/>W tym cukry: 43,1g<br/>Bł: 28,1g<br/>Sól: 6,9g</p> |

|   |   |  |   |   |  |
|---|---|--|---|---|--|
| <p><b>28.02</b><br/><b>Sobota</b><br/><b>Dieta eliminacyjna</b><br/><b>(biegunkowa)</b><br/><b>(11)</b></p> | <p>Kleik ryżowy300ml<br/>Pieczywo pszenne80g<br/><b>(GLU PSZ)</b><br/>Masło15g <b>(MLE)</b><br/>Dżem o obniżonej zawartości cukru50g<br/>Banan150g<br/>Kisiel200ml<br/>Herbata250ml</p>   | <p>Zupa ziemniaczana400ml (<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>)<br/>Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g<br/>Herbata250ml</p>                             | <p>Pieczywo pszenne80g<br/><b>(GLU PSZ)</b><br/>Masło15g <b>(MLE)</b><br/>Szynka drobiowa50g<br/>Suchary30g<br/><b>(GLU PSZ)</b><br/>Kisiel200ml<br/>Herbata250ml</p>                 | <p>E:2026.6kcal<br/>B:89.3g<br/>T:63.8g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>16.4g<br/>W:262.1g<br/>W tym cukry:<br/>45.9g<br/>Bł:24,5g<br/>Sól:6.8g</p>   |  |
| <p><b>28.02</b><br/><b>Sobota</b><br/><b>Dieta podstawowa</b><br/><b>(C1)</b></p>                           | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(<b>GLU OW, MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona50g<br/>Pomidor160g<br/>Jabłko150g<br/>Herbata250ml</p> | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>)<br/>Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(<b>MLE</b>)<br/>Kompot jabłkowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Rolada drobiowa 50g<br/>Sałata160g<br/>Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>)<br/>Herbata250ml</p> | <p><b>Posiłek</b><br/><b>Dodatkowy</b><br/>Podwieczorek<br/>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)<br/>Masło 10g (<b>MLE</b>)<br/>Pierś gotowana30g<br/>Pomidor80g<br/>Herbata250ml</p> | <p>E:2352kcal<br/>B:97g<br/>T:73,7g<br/>Kw.tł.nas.:18,2g<br/>W:253g<br/>W tym cukry:<br/>43,5g<br/>Bł:28,1g<br/>Sól:6,9g</p> |
| <p><b>28.02</b><br/><b>Sobota</b><br/><b>Dieta płynna</b><br/><b>(13)</b></p>                               | <p>Kleik ryżowy300ml<br/>Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(<b>MLE</b>)<br/>Kisiel200ml<br/>Herbata250ml</p>   | <p>Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>)<br/>Kompot jabłkowy250ml</p>                                | <p>Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (<b>MLE</b>) (postać płynna)<br/>Budyń200ml (<b>MLE</b>)<br/>Herbata250ml</p>                              | <p>E:1811.6kcal<br/>B:72.3g<br/>T:57.8g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>15.2g<br/>W:251.1g<br/>W tym cukry:<br/>42.2g<br/>Bł:24,5g<br/>Sól:6.1g</p>   |  |

|  |  |   |   |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| <p><b>28.02</b><br/><b>Sobota</b><br/><b>Dieta bezglutenowa</b><br/><b>(11/GL)</b></p> | <p>Ryż na mleku 300ml (<b>MLE</b>)<br/>Pieczywo bezglutenowe 80g<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Krakowska parzona, wieprzowa, gruborozdrobniona 50g<br/>Pomidor 160g<br/>Jabłko 150g<br/>Herbata 250ml</p>                     | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (<b>SEL, MLE</b>)<br/>Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g (<b>MLE</b>)<br/>Kompot jabłkowy 250ml</p>  | <p>Pieczywo bezglutenowe 80g<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Rolada drobiowa 50g<br/>Sałata 160g<br/>Jogurt naturalny 120g (<b>MLE</b>)<br/>Herbata 250ml</p>  | <p>E: 2076.6kcal<br/>B: 97.1g<br/>T: 61.8g<br/>Kw.tł.nas.: 16.2g<br/>W: 253.1g<br/>W tym cukry: 45.9g<br/>Bł: 26,1g<br/>Sól: 6.5g</p>  |  |
| <p><b>01.03</b><br/><b>Niedziela</b><br/><b>Dieta podstawowa</b><br/><b>(1)</b></p>    | <p>Manna na mleku 300ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Ser żółty 50g (<b>MLE</b>)<br/>Ogórek 160g<br/>Banan 150g<br/>Herbata 250ml</p> | <p>Rosół z makaronem 400ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)<br/>Udki pieczone<br/>Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym 200g<br/>Ziemniaki z koperkiem 150g<br/>Kompot wieloowocowy 250ml</p>                                     | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Połędwica dębowa 50g<br/>Pomidor 160g<br/>Kawa zbożowa na mleku 200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE</b>)</p> | <p>E: 2071.6kcal<br/>B: 101.3g<br/>T: 64.8g<br/>Kw.tł.nas.: 16.5g<br/>W: 272.1g<br/>W tym cukry: 45.9g<br/>Bł: 27,7g<br/>Sól: 6.8g</p> |  |
| <p><b>01.03</b><br/><b>Niedziela</b><br/><b>Dieta łatwostrawna</b><br/><b>(2)</b></p>  | <p>Manna na mleku 300ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Połędwica z indyka 50g<br/>Sałata 160g<br/>Banan 150g<br/>Herbata 250ml</p>                             | <p>Rosół jarski z makaronem 400ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)<br/>Udki gotowane<br/>Sos jogurtowo-pieczeniowy 80g (<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Sałata z lekkim sosem 200g<br/>Ziemniaki z koperkiem 150g<br/>Kompot wieloowocowy 250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Połędwica dębowa 50g<br/>Pomidor bez skórki 160g<br/>Kawa zbożowa na mleku 200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE</b>)</p>              | <p>E: 2076.6kcal<br/>B: 99.3g<br/>T: 63.2g<br/>Kw.tł.nas.: 16.2g<br/>W: 273.1g<br/>W tym cukry: 45.9g<br/>Bł: 26,5g<br/>Sól: 6.8g</p>  |  |
| <p><b>01.03</b><br/><b>Niedziela</b></p>   | <p>Manna na mleku 300ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>)</p>  | <p>Rosół jarski z makaronem 400ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)<br/>Udki gotowane</p>   | <p>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło 15g (<b>MLE</b>)<br/>Połędwica dębowa</p>  | <p>E: 2076.6kcal<br/>B: 99.3g<br/>T: 63.2g<br/>Kw.tł.nas.:</p>   |  |

|   |  |   |   |  |  |
|---|--|---|---|--|--|
| <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</b>  | Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica z indyka50g<br>Sałata160g<br>Banan150g<br>Herbata250ml   | Sos jogurtowo-pieczeniowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot wieloowocowy250ml   | 50g<br>Pomidor bez skórki160g<br>Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )   | 16.2g<br>W:273.1g<br>W tym cukry: 45.9g<br>Bł:26,5g<br>Sól:6.8g  |  |
| <b>01.03 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b> | Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica z indyka50g<br>Sałata160g<br>Banan150g<br>Herbata250ml                     | Rosół jarski z makaronem 400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> )<br>Udko gotowane<br>Sos jogurtowo-pieczeniowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot wieloowocowy250ml  | Pieczywo pszenne 80g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica dębowa 50g<br>Pomidor bez skórki160g<br>Herbata250ml  | E:2079.6kcal<br>B:98.1g<br>T:63.2g<br>Kw.tł.nas.: 16.2g<br>W:273.1g<br>W tym cukry: 45.9g<br>Bł:26,5g<br>Sól:6.8g  |  |
| <b>01.03 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>                                  | Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> )<br>Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica z indyka50g<br>Sałata160g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml( <b>b/c</b> ) | Rosół z makaronem razowym 400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> )<br>Udko gotowane<br>Sos jogurtowo-pieczeniowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Fasolka szparagowa z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Herbata250ml ( <b>b/c</b> ) | Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica dębowa 50g<br>Pomidor160g<br>Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> ) ( <b>b/c</b> ) | <b>Posiłek Dodatkowy</b><br>Podwieczorek<br>Chleb<br>Graham50g ( <b>GLU PSZE</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Rolada drobiowa30g<br>Ogórek80g<br>Herbata250ml ( <b>b/c</b> ) | E:2283kcal<br>B:104g<br>T:73,6g<br>Kw.tł.nas.:16,1g<br>W:256g<br>W tym cukry:42g<br>Bł:27,8g<br>Sól:7,1g |
| <b>01.03 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</b>   | Kleik ryżowy300ml<br>Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak w galarecie50g<br>Banan150g   | Rosół jarski z kaszą manną400ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> )<br>Udko gotowane<br>Lekki sos80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Marchew gotowana200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g  | Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica z indyka50g<br>Kisiel200ml  | E:2026.6kcal<br>B:89.3g<br>T:63.8g<br>Kw.tł.nas.: 16.4g<br>W:262.1g  |  |

|   |   |  |  |   |  |
|---|---|--|--|---|--|
|   | Kisiel200ml<br>Herbata250ml   | Herbata250ml   | Suchary30g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Herbata250ml   | W tym cukry:<br>45.9g<br>Bł:24,5g<br>Sól:6.8g   |  |
| <b>01.03</b><br><b>Niedziela</b><br><b>Dieta podstawowa</b><br><b>(C1)</b>      | Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica z indyka50g<br>Sałata160g<br>Banan150g<br>Herbata250ml | Rosół z makaronem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> )<br>Udko gotowane<br>Sos jogurtowo-pieczeniowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica dębowa 50g<br>Pomidor160g<br>Kawa zbożowa na mleku200ml( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> ) | <b>Posiłek</b><br><b>Dodatkowy</b><br>Podwieczorek<br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Rolada drobiowa30g<br>Sałata80g<br>Herbata250ml | E:2261kcal<br>B:102g<br>T:65,8g<br>Kw.tł.nas.:16.5g<br>W:289g<br>W tym cukry:46g<br>Bł:26,8g<br>Sól:7,6g |
| <b>01.03</b><br><b>Niedziela</b><br><b>Dieta płynna</b><br><b>(13)</b>          | Ryż na mleku300ml( <b>MLE</b> ) (postać płynna)<br>Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml<br>Kisiel 200ml<br>Herbata250ml   | Rosół jarski z makaronem z dodatkiem mięsa drobiowego400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL</b> ) (postać płynna)<br>Kompot wieloowocowy250ml   | Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml ( <b>MLE</b> ) (postać płynna)<br>Budyń200ml ( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml  | E:1811.6kcal<br>B:72.3g<br>T:57.8g<br>Kw.tł.nas.: 15.2g<br>W:251.1g<br>W tym cukry: 42.2g<br>Bł:24,5g<br>Sól:6.1g   |  |
| <b>01.03</b><br><b>Niedziela</b><br><b>Dieta bezglutenowa</b><br><b>(11/GL)</b> | Kleik ryżowy300ml<br>Pieczywo bezglutenowe80g<br>Masło15g( <b>MLE</b> )<br>Polędwica z indyka50g<br>Sałata160g<br>Banan150g   | Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml ( <b>SEL</b> )<br>Udko pieczone<br>Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot wieloowocowy250ml                       | Pieczywo bezglutenowe 80g<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica dębowa 50g<br>Pomidor160g  | E:2076.6kcal<br>B:97.1g<br>T:61.8g<br>Kw.tł.nas.: 16.2g<br>W:253.1g<br>W tym cukry:   |  |

|   |   |   |   |  |  |
|---|---|---|---|--|--|
|   | Herbata250ml  |   | Herbata250ml  | 45.9g<br>Bł:26,1g<br>Sól:6.5g  |  |
| <b>02.03<br/>Poniedziałek<br/>Dieta podstawowa<br/>(1)</b>                                    | Płatki owsiane na mleku<br>300ml( <b>MLE, GLU OW</b> )<br>Pieczywo pszenno-<br>żytnie, razowe80g ( <b>GLU<br/>PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Kurczak w galarecie50g<br>Pomidor80g<br>Sałata80g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml | Zupa ogórkowa z<br>ryżem400ml( <b>GLU PSZ SEL,MLE</b> )<br>Naleśniki z białym serem 2<br>sztuki i tartym jabłkiem120g<br>( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> )<br>Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-<br>żytnie, razowe80g ( <b>GLU<br/>PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Paszтет drobiowy<br>50g<br>Sałata160g<br>Jogurt<br>naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml            | E:2071.6kcal<br>B:101.3g<br>T:64.8g<br>Kw.tł.nas.:<br>16.5g<br>W:272.1g<br>W tym cukry:<br>45.9g<br>Bł:27,7g<br>Sól:6.8g |  |
| <b>02.03<br/>Poniedziałek<br/>Dieta łatwostrawna<br/>(2)</b>                                  | Płatki owsiane na mleku<br>300ml( <b>MLE, GLU OW</b> )<br>Pieczywo pszenne80g<br>( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak w galarecie50g<br>Pomidor bez skórki160g<br>Jabłko bez skórki150g<br>Herbata250ml                   | Zupa ryżowa 400ml( <b>GLU PSZ<br/>SEL,MLE</b> )<br>Makaron z białym serem i<br>tartym jabłkiem bez<br>skórki200g/60g/120g( <b>GLU PSZ,<br/>MLE</b> )<br>Kompot jabłkowy250ml  | Pieczywo pszenne80g<br>( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Krakowska parzona<br>wieprzowa, grubo<br>rozdrobiona<br>50g<br>Sałata160g<br>Jogurt<br>naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml | E:2076.6kcal<br>B:99.3g<br>T:63.2g<br>Kw.tł.nas.:<br>16.2g<br>W:273.1g<br>W tym cukry:<br>45.9g<br>Bł:26,5g<br>Sól:6.8g  |  |
| <b>02.03<br/>Poniedziałek<br/>Dieta łatwostrawna<br/>z ograniczeniem<br/>tłuszczu<br/>(3)</b> | Płatki owsiane na mleku<br>300ml( <b>MLE, GLU OW</b> )<br>Pieczywo pszenne80g<br>( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak w galarecie50g<br>Pomidor bez skórki160g<br>Jabłko bez skórki150g<br>Herbata250ml                   | Zupa ryżowa400ml( <b>GLU PSZ<br/>SEL,MLE</b> )<br>Makaron z białym serem i<br>tartym jabłkiem bez<br>skórki200g/60g/120g( <b>GLU PSZ,<br/>MLE</b> )<br>Kompot jabłkowy250ml   | Pieczywo pszenne80g<br>( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Krakowska parzona<br>wieprzowa, grubo<br>rozdrobiona<br>50g<br>Sałata160g<br>Jogurt<br>naturalny120g( <b>MLE</b> )                 | E:2076.6kcal<br>B:99.3g<br>T:63.2g<br>Kw.tł.nas.:<br>16.2g<br>W:273.1g<br>W tym cukry:<br>45.9g<br>Bł:26,5g<br>Sól:6.8g  |  |

|   |   |  |   |   |  |
|---|---|--|---|---|--|
| <p><b>02.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)</b></p> | <p>Płatki owsiane na mleku 300ml(<b>MLE, GLU OW</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Kurczak w galarecie50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Jabłko pieczone bez skórki150g<br/>Herbata250ml</p> | <p>Zupa ryżowa400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>)<br/>Makaron z białym serem i pieczonym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Kompot jabłkowy250ml</p>                  | <p>Herbata250ml<br/>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g<br/>Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>)<br/>Sałata160g<br/>Herbata250ml</p> | <p>E:2079.6kcal<br/>B:98.1g<br/>T:63.2g<br/>Kw.tł.nas.: 16.2g<br/>W:273.1g<br/>W tym cukry: 45.9g<br/>Bł:26,5g<br/>Sól:6.8g</p>   |  |
| <p><b>02.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b></p>                                  | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(<b>GLU PSZ GLU OW,MLE</b>)<br/>Chleb graham 80g(<b>GLU PSZ</b>)Masło15g ( <b>MLE</b>)<br/>Kurczak w galarecie50g<br/>Pomidor 160g<br/>Jabłko150g<br/>Herbata250ml (<b>b/c</b>)</p>                    | <p>Zupa ogórkowa z ryżem brązowym400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>)<br/>Makaron pełnoziarnisty z białym serem i jabłkiem200g/60g/120g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Herbata250ml(<b>b/c</b>)</p> | <p>Chleb graham 80g(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g<br/>Sałata160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>) (<b>b/c</b>)</p> | <p><b>Posiłek Dodatkowy</b><br/>Podwieczorek<br/>Chleb<br/>Graham50g (<b>GLU PSZE</b>)<br/>Masło 10g (<b>MLE</b>)<br/>Poledwica sopocka30g<br/>Pomidor80g<br/>Herbata250ml (<b>b/c</b>)</p> | <p>E:2376kcal<br/>B:97g<br/>T:74,7g<br/>Kw.tł.nas.:18,1g<br/>W:255g<br/>W tym cukry: 43,1g<br/>Bł:28,1g<br/>Sól:6,9g</p> |
| <p><b>02.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta płynna (13)</b></p>  | <p>Kleik ryżowy300ml<br/>Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(<b>MLE</b>)<br/>Kisiel200ml<br/>Herbata250ml</p>   | <p>Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(<b>GLU PSZ SEL,MLE</b>)<br/>Kompot jabłkowy250ml</p>  | <p>Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (<b>MLE</b>) (postać płynna)<br/>Budyń200ml (<b>MLE</b>)<br/>Herbata250ml</p>  | <p>E:1811.6kcal<br/>B:72.3g<br/>T:57.8g<br/>Kw.tł.nas.: 15.2g<br/>W:251.1g<br/>W tym cukry: 42.2g<br/>Bł:24,5g<br/>Sól:6.1g</p>   |  |

|  |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|--|
| <p><b>02.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta bezglutenowa</b><br/><b>(11/GL)</b></p> | <p>Ryż na mleku300ml(<b>MLE</b>)<br/>Pieczywo bezglutenowe80g<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Kurczak w galarecie50g<br/>Pomidor160g<br/>Jabłko150g<br/>Herbata250ml</p>  | <p>Zupa ogórkowa z ryżem400ml(<b>SEL,MLE</b>)<br/>Makaron bezglutenowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/60g/120g(<b>MLE</b>)<br/>Kompot jabłkowy250ml</p>   | <p>Pieczywo bezglutenowe80g<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g<br/>Sałata160g<br/>Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>)<br/>Herbata250ml</p>            | <p>E:2076.6kcal<br/>B:97.1g<br/>T:61.8g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>16.2g<br/>W:253.1g<br/>W tym cukry:<br/>45.9g<br/>Bł:26,1g<br/>Sól:6.5g</p>         |  |
| <p><b>03.03</b><br/><b>Wtorek</b><br/><b>Dieta podstawowa</b><br/><b>(1)</b></p>             | <p>Ryż na mleku300ml (<b>MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta twarogowa50g(<b>MLE</b>)<br/>Pomidor80g<br/>Ogórek80g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p> | <p>Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(<b>GLU PSZ, SEL, MLE, GLU JĘCZ</b>)<br/>Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Marchew gotowana200g<br/>Ziemniaki z koperkiem150g<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pierś gotowana 50g<br/>Pomidor160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml(<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p> | <p>E:2156.97kcal<br/>B:101.35g<br/>T:74.88g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>20.45g<br/>W:311.13g<br/>W tym cukry:<br/>49.98g<br/>Bł:28,13g<br/>Sól:6.7g</p> |  |
| <p><b>03.03</b><br/><b>Wtorek</b><br/><b>Dieta łatwostrawna</b><br/><b>(2)</b></p>           | <p>Ryż na mleku300ml (<b>MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta twarogowa50g(<b>MLE</b>)<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p>                                       | <p>Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(<b>GLU PSZ, SEL, MLE, GLU JĘCZ</b>)<br/>Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Marchew gotowana200g<br/>Ziemniaki z koperkiem150g<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p>  | <p>Pieczywo pszenne (<b>GLU PSZ,</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pierś gotowana 50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml(<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>                | <p>E:2056.22kcal<br/>B:103.55g<br/>T:62.88g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>17.4g<br/>W:297.13g<br/>W tym cukry:<br/>47.98g<br/>Bł:26,13g<br/>Sól:6.7g</p>  |  |

|   |  |   |   |   |  |
|---|--|---|---|---|--|
| <p><b>03.03</b><br/><b>Wtorek</b><br/><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</b></p>  | <p>Ryż na mleku300ml (MLE)<br/>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)<br/>Pasta twarogowa50g(MLE)<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p>                       | <p>Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, SEL, MLE, GLU JĘCZ)<br/>Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE)<br/>Marchew gotowana200g<br/>Ziemniaki z koperkiem150g<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p>                                  | <p>Pieczywo pszenne (GLU PSZ,)<br/>Masło15g (MLE)<br/>Pierś gotowana 50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p> | <p>E:2056.22kcal<br/>B:103.55g<br/>T:62.88g<br/>Kw.tł.nas.: 17.4g<br/>W:297.13g<br/>W tym cukry: 47.98g<br/>Bł:26,13g<br/>Sól:6.7g</p>                                    |  |
| <p><b>03.03</b><br/><b>Wtorek</b><br/><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b></p> | <p>Ryż na mleku300ml (MLE)<br/>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)<br/>Pasta twarogowa50g(MLE)<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p>                       | <p>Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, SEL, MLE, GLU JĘCZ)<br/>Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE)<br/>Marchew gotowana200g<br/>Ziemniaki z koperkiem150g<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p>                                  | <p>Pieczywo pszenne (GLU PSZ,)<br/>Masło15g (MLE)<br/>Pierś gotowana 50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Herbata250ml</p>                                      | <p>E:2056.22kcal<br/>B:103.55g<br/>T:62.88g<br/>Kw.tł.nas.: 17.4g<br/>W:297.13g<br/>W tym cukry: 47.98g<br/>Bł:26,13g<br/>Sól:6.7g</p>                                    |  |
| <p><b>03.03</b><br/><b>Wtorek</b><br/><b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b></p>                                  | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)<br/>Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE)<br/>Pasta twarogowa50g(MLE)<br/>Sałata160g<br/>Jabłko150g<br/>Herbata250ml (b/c)</p> | <p>Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, SEL, MLE, GLU JĘCZ)<br/>Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE)<br/>Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE)<br/>Ziemniaki z koperkiem150g<br/>Herbata250ml(b/c)</p> | <p>Chleb graham 80g(GLU PSZ)<br/>Masło15g (MLE)<br/>Pierś gotowana 50g<br/>Pomidor160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>        | <p><b>Posiłek dodatkowy</b><br/>podwieczorek<br/>Chleb<br/>Graham50g (GLU PSZE)<br/>Masło 10g (MLE)<br/>Połędwica z warzywami30g<br/>Ogórek80g<br/>Herbata250ml (b/c)</p> | <p>E:2256.87kcal<br/>B:112.35g<br/>T:74.75g<br/>Kw.tł.nas.: 19.45g<br/>W:276.10g<br/>W tym cukry: 44.98g<br/>Bł:29,1g<br/>Sól:6.7g</p> |

|   |  |  |   |   |   |
|---|--|--|---|---|---|
| <p><b>03.03</b><br/><b>Wtorek</b><br/><b>Dieta eliminacyjna</b><br/><b>(biegunkowa)</b><br/><b>(11)</b></p> | <p>Kleik ryżowy300ml<br/>Pieczywo pszenne80g<br/><b>(GLU PSZ)</b>Masło15g<br/><b>(MLE)</b><br/>Polędwica z indyka50g<br/>Banan150g<br/>Kisiel200ml<br/>Herbata250ml</p>  | <p>Zupa krupnik z kaszą<br/>manną400ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b><br/><b>MLE)</b><br/>Gulasz drobiowy z warzywami<br/>bez skóry, 180g(<b>GLU PSZ, MLE)</b><br/>Marchew gotowana200g<br/>Ziemniaki150g<br/>Herbata250ml</p>  | <p>Pieczywo pszenne80g<br/><b>(GLU PSZ)</b>Masło15g<br/><b>(MLE)</b><br/>Polędwica drobiowa50g<br/>Suchary30g(<br/><b>GLU PSZ)</b><br/>Kisiel200ml<br/>Herbata250ml</p>   | <p>E:2001.68kcal<br/>B:103.35g<br/>T:72.88g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>18.49g<br/>W:289.13g<br/>W tym cukry:<br/>47.98g<br/>Bł:29,23g<br/>Sól:6.01g</p>  |   |
| <p><b>03.03</b><br/><b>Wtorek</b><br/><b>Dieta podstawowa</b><br/><b>(C1)</b></p>                           | <p>Ryż na mleku300ml<br/><b>(MLE)</b><br/>Pieczywo pszenno-<br/>żytnie, razowe80g (<b>GLU</b><br/><b>PSZ, GLU ŻYT)</b>Masło15g<br/><b>( MLE)</b><br/>Pasta<br/>twarogowa50g(<b>MLE)</b><br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p>                              | <p>Zupa krupnik z kaszą<br/>wiejską400ml(<b>GLU PSZ, SEL,</b><br/><b>MLE, GLU JĘCZ)</b><br/>Gulasz drobiowy z warzywami,<br/>zaprawiany jogurtem<br/>naturalnym, duszony180g(<b>GLU</b><br/><b>PSZ, MLE)</b><br/>Marchew gotowana200g<br/>Ziemniaki z koperkiem150g<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-<br/>żytnie, razowe80g (<b>GLU</b><br/><b>PSZ, GLU ŻYT)</b>Masło15g<br/><b>(MLE)</b><br/>Pierś gotowana<br/>50g<br/>Pomidor160g<br/>Kawa zbożowa na<br/>mleku200ml(<b>GLU ŻYT,</b><br/><b>GLU JĘCZ,MLE)</b></p> | <p><b>Posiłek</b><br/><b>Dodatkowy</b><br/>podwieczorek<br/>Pieczywo<br/>pszenno-żytnie,<br/>razowe50g<br/><b>(GLU PSZ,</b><br/><b>GLU ŻYT)</b><br/>Masło 10g(<b>MLE))</b><br/>Polędwica z<br/>warzywami<br/>30g<br/>Sałata80g<br/>Herbata250ml</p> | <p>E:22536.87kcal<br/>B:112.35g<br/>T:74.75g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>19.15g<br/>W:276.10g<br/>W tym cukry:<br/>44.98g<br/>Bł:29,1g<br/>Sól:6.7g</p> |
| <p><b>03.03</b><br/><b>Wtorek</b><br/><b>Dieta płynna</b><br/><b>(13)</b></p>                               | <p>Manna na mleku300ml<br/><b>GLU PSZ, MLE)</b><br/>Pieczywo pszenne<br/>rozmaczone w mleku z<br/>dodatkiem jajka na<br/>miętko i mięsa<br/>drobiowego bez<br/>skóry300ml(<b>GLU PSZ,</b><br/><b>MLE, JAJ)</b>(postać<br/>płynna)<br/>Kisiel200ml<br/>Herbata250ml</p> | <p>Zupa krupnik z kaszą wiejską i z<br/>dodatkiem mięsa drobiowego<br/>bez skóry400ml(<b>GLU PSZ, SEL,</b><br/><b>MLE)</b>(postać płynna)<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p>   | <p>Ryż gotowany na mleku<br/>zmiksowany z<br/>bananem300ml(<b>MLE)</b><br/>Jogurt<br/>naturalny120g(<b>MLE)</b><br/>Herbata250ml</p>  | <p>E:1874.22kcal<br/>B:85.35g<br/>T:68.18g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>17.42g<br/>W:299.13g<br/>W tym cukry:<br/>45.98g<br/>Bł:25,21g<br/>Sól:5.22g</p>   |   |

|   |   |   |  |   |  |
|---|---|---|--|---|--|
| <p><b>03.03</b><br/><b>Wtorek</b><br/><b>Dieta bezglutenowa</b><br/><b>(11/GL)</b></p>                            | <p>Ryż na mleku300ml(<b>MLE</b>)<br/>Pieczywo bezglutenowe80g<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta twarogowa50g(<b>MLE</b>)<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p>  | <p>Zupa krupnik z kaszą jaglaną400ml( <b>SEL, MLE</b>)<br/>Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g( <b>MLE</b>)<br/>Marchew gotowana200g<br/>Ziemniaki z koperkiem150g<br/>Kompot wielowocowy250ml</p>   | <p>Pieczywo bezglutenowe80g<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pierś gotowana 50g<br/>Pomidor160g<br/>Herbata250ml</p>  | <p>E:2159.97kcal<br/>B:101.35g<br/>T:72.18g<br/>Kw.tł.nas.: 17.45g<br/>W:311.13g<br/>W tym cukry: 49.98g<br/>Bł:27,13g<br/>Sól:6.7g</p> |  |
| <p><b>04.03</b><br/><b>Środa</b><br/><b>Dieta podstawowa</b><br/><b>(1)</b></p>                                   | <p>Manna na mleku300ml (<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g ( <b>MLE</b>)<br/>Pasta z ciecierzycy50g<br/>Ogórek80g<br/>Sałata80g<br/>Jabłko150g<br/>Herbata250ml</p> | <p>Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml(<b>GLU PSZ,MLE,SEL</b>)<br/>Kluski śląskie 10 sztuk(<b>GLU PSZ,MLE, JAJ</b>)<br/>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g<br/>Kompot jabłkowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (<b>RYB</b>)<br/>Sałata160g<br/>Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>)<br/>Herbata250ml</p> | <p>E:2266kcal<br/>B:112.3g<br/>T:79.8g<br/>Kw.tł.nas.: 19.4g<br/>W:312.1g<br/>W tym cukry: 50.9g<br/>Bł:28,7g<br/>Sól:6.8g</p>          |  |
| <p><b>04.03</b><br/><b>Środa</b><br/><b>Dieta łatwostrawna</b><br/><b>(2)</b></p>                                 | <p>Manna na mleku300ml (<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Polędwica drobiowa z majerankiem50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Jabłko bez skórki150g<br/>Herbata250ml</p>   | <p>Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml(<b>GLU PSZ,MLE,SEL</b>)<br/>Kluski śląskie 10 sztuk(<b>GLU PSZ,MLE, JAJ</b>)<br/>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Buraczki gotowane200g<br/>Kompot jabłkowy250ml</p>   | <p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (<b>RYB</b>)<br/>Sałata160g<br/>Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>)<br/>Herbata250ml</p>                         | <p>E:2266kcal<br/>B:112.3g<br/>T:79.8g<br/>Kw.tł.nas.: 19.4g<br/>W:312.1g<br/>W tym cukry: 52.9g<br/>Bł:25,7g<br/>Sól:6.8g</p>          |  |
| <p><b>04.03</b><br/><b>Środa</b><br/><b>Dieta łatwostrawna</b><br/><b>z ograniczeniem</b><br/><b>tłuszczu</b></p> | <p>Manna na mleku300ml (<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)</p>   | <p>Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml(<b>GLU PSZ,MLE,SEL</b>)<br/>Kluski śląskie 10 sztuk(<b>GLU PSZ,MLE, JAJ</b>)</p>   | <p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)</p>  | <p>E:2266kcal<br/>B:112.3g<br/>T:76.8g<br/>Kw.tł.nas.: 19.4g</p>  |  |

|  |   |  |   |   |   |
|--|---|--|---|---|---|
| (3)  | <p>Polędwica drobiowa z majerankiem50g<br/> Pomidor bez skórki160g<br/> Jabłko bez skórki150g<br/> Herbata250ml</p>   | <p>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/> Buraczki gotowane200g<br/> Kompot jabłkowy250ml</p>   | <p>Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (<b>RYB</b>)<br/> Sałata160g<br/> Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>)<br/> Herbata250ml</p>   | <p>W:312.1g<br/> W tym cukry: 52.9g<br/> Bł:25,7g<br/> Sól:6.8g</p>   |   |
| <p><b>04.03</b><br/> <b>Środa</b><br/> <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b><br/> <b>(4)</b></p> | <p>Manna na mleku300ml (<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/> Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/> Masło15g (<b>MLE</b>)<br/> Polędwica drobiowa z majerankiem50g<br/> Pomidor bez skórki160g<br/> Jabłko pieczone bez skórki150g<br/> Herbata250ml</p> | <p>Zupa ziemniaczana400ml(<b>GLU PSZ,MLE,SEL</b>)<br/> Kluski śląskie 10 sztuk(<b>GLU PSZ,MLE, JAJ</b>)<br/> Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/> Buraczki gotowane200g<br/> Kompot jabłkowy250ml</p>   | <p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/> Masło15g (<b>MLE</b>)<br/> Polędwica z indyka50g<br/> Sałata160g<br/> Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>)<br/> Herbata250ml</p>                                     | <p>E:2266kcal<br/> B:112.3g<br/> T:79.8g<br/> Kw.tł.nas.: 19.4g<br/> W:312.1g<br/> W tym cukry: 52.9g<br/> Bł:25,7g<br/> Sól:6.8g</p>   |   |
| <p><b>04.03</b><br/> <b>Środa</b><br/> <b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b><br/> <b>(6)</b></p>                                  | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(<b>GLU OW, MLE</b>)<br/> Chleb graham80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/> Masło15g (<b>MLE</b>)<br/> Polędwica drobiowa majerankiem50g<br/> Pomidor160g<br/> Jabłko150g<br/> Herbata250ml(<b>b/c</b>)</p>                  | <p>Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml(<b>GLU PSZ,MLE,SEL</b>)<br/> Kluski śląskie z mąki pełnoziarnistej 10 sztuk(<b>GLU PSZ,MLE,JAJ</b>)<br/> Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/> Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g<br/> Herbata250ml (<b>b/c</b>)</p> | <p>Chleb graham80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/> Masło15g (<b>MLE</b>)<br/> Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (<b>RYB</b>)<br/> Sałata160g<br/> Jogurt naturalny120g(<b>MLE</b>)<br/> Herbata250ml (<b>b/c</b>)</p> | <p><b>Posiłek Dodatkowy</b><br/> Podwieczorek<br/> Chleb<br/> Graham50g (<b>GLU PSZE</b>)<br/> Masło 10g (<b>MLE</b>)<br/> Polędwica dębowa 30g<br/> Ogórek80g<br/> Herbata250ml (<b>b/c</b>)</p> | <p>E:2389kcal<br/> B:114.3g<br/> T:80.8g<br/> Kw.tł.nas.: 19.4g<br/> W:280.1g<br/> W tym cukry: 46.9g<br/> Bł:28,7g<br/> Sól:6.9g</p> |
| <p><b>04.03</b><br/> <b>Środa</b><br/> <b>Dieta eliminacyjna (biegunkowa)</b><br/> <b>(11)</b></p>   | <p>Kleik ryżowy 300ml<br/> Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/> Masło15g (<b>MLE</b>)</p>   | <p>Zupa ziemniaczana400ml(<b>GLU PSZ,MLE,SEL</b>)<br/> Kluski śląskie 10 sztuk ,polane masłem(<b>GLU PSZ,MLE ,JAJ</b>)<br/> Marchew gotowana200g</p>   | <p>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/> Masło15g (<b>MLE</b>)<br/> Kurczak w galarecie50g</p>   | <p>E:2073.55kcal<br/> B:109.35g<br/> T:72.88g<br/> Kw.tł.nas.: 18.45g</p>   |   |

|  |  |   |  |   |  |
|--|--|---|--|---|--|
|  | Dżem o obniżonej zawartości cukru50g<br>Banan150g<br>Kisiel200ml<br>Herbata250ml   | Herbata250ml  | Suchary30g<br><b>(GLU PSZ)</b><br>Budyń200ml<br>Herbata250ml   | W:273.13g<br>W tym cukry:<br>46.91g<br>Bł:26,79g<br>Sól:6.89g   |  |
| <b>04.03</b><br><b>Środa</b><br><b>Dieta podstawowa</b><br><b>(C1)</b>       | Manna na mleku300ml<br><b>(GLU PSZ,MLE)</b><br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło15g <b>( MLE)</b><br>Polędwica drobiowa z majerankiem50g<br>Pomidor160g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml | Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml <b>(GLU PSZ,MLE,SEL)</b><br>Kluski śląskie 10 sztuk <b>(GLU PSZ,MLE, JAJ)</b><br>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g <b>(GLU PSZ, MLE)</b><br>Buraczki gotowane200g<br>Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło15g <b>(MLE)</b><br>Polędwica z indyka50g<br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g <b>(MLE)</b><br>Herbata250ml | <b>Posiłek</b><br><b>Dodatkowy</b><br>Podwieczorek<br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło 10g <b>(MLE)</b><br>Polędwica dębowa30g<br>Pomidor80g<br>Herbata250ml | E:2349kcal<br>B:111.3g<br>T:80.8g<br>Kw.tł.nas.:<br>19.8g<br>W:290.1g<br>W tym cukry:<br>47.9g<br>Bł:28,7g<br>Sól:6.9g |
| <b>04.03</b><br><b>Środa</b><br><b>Dieta płynna</b><br><b>(13)</b>           | Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ,MLE)</b><br>Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml <b>(MLE)</b> (postać płynna)<br>Kisiel200ml<br>Herbata 250ml  | Zupa barszcz biały z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml <b>(GLU PSZ,SEL, MLE)</b><br>(postać płynna)<br>Kompot jabłkowy250ml   | Jajko na miękko zmiksovane z wywarem jarzynowym 300ml <b>(GLU PSZ, JAJ)</b><br>Jogurt naturalny zmiksovany z bananem 300ml <b>(MLE)</b><br>Herbata250ml                        | E:1886.87kcal<br>B:90.05g<br>T:67.18g<br>Kw.tł.nas.:<br>18.45g<br>W:253.13g<br>W tym cukry:<br>43.96g<br>Bł:24,89g<br>Sól:6.01g   |  |
| <b>04.03</b><br><b>Środa</b><br><b>Dieta bezglutenowa</b><br><b>( 11/GL)</b> | Kleik ryżowy300ml<br>Pieczywo bezglutenowe80g<br>Masło15g ( <b>MLE)</b><br>Polędwica drobiowa z majerankiem50g<br>Pomidor160g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml  | Zupa ziemniaczana400ml <b>(SEL,MLE)</b><br>Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g<br>Kompot jabłkowy250ml  | Pieczywo bezglutenowe80g<br>Masło15g <b>(MLE)</b><br>Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g <b>(RYB)</b><br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g <b>(MLE)</b><br>Herbata250ml       | E:2053.22kcal<br>B:103.31g<br>T:69.18g<br>Kw.tł.nas.:<br>17.45g<br>W:263.13g<br>W tym cukry:<br>47.91g<br>Bł:27,79g<br>Sól:6.29g  |  |

|  |  |  |  |   |  |
|--|--|--|--|---|--|
| <p><b>05.03</b><br/><b>Czwartek</b><br/><b>Dieta podstawowa</b><br/><b>(1)</b></p>                                       | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(<b>GLU OW, MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Rolada drobiowa50g<br/>Sałata80g<br/>Pomidor80g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p> | <p>Zupa jarzynowa z makaronem i fasolą400ml (<b>GLU PSZ ,SEL,MLE</b>)<br/>Filet drobiowy smażony90g(<b>GLU PSZ, JAJ</b>)<br/>Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g<br/>Ziemniaki z koperkiem150g<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Połędwica wiśniowa50g<br/>Pomidor160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p> | <p>E:2125.29kcal<br/>B:98.12g<br/>T:73.14g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>19.09g<br/>W:278.12g<br/>W tym cukry:<br/>48.11g<br/>Bł:28,29g<br/>Sól:6.45g</p> |  |
| <p><b>05.03</b><br/><b>Czwartek</b><br/><b>Dieta łatwostrawna</b><br/><b>(2)</b></p>                                     | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(<b>GLU OW, MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Rolada drobiowa50g<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p>                                   | <p>Zupa jarzynowa z makaronem 400ml (<b>GLU PSZ ,SEL,MLE</b>)<br/>Filet drobiowy gotowany90g<br/>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Sałata z lekkim sosem200g<br/>Ziemniaki z koperkiem150g<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p>   | <p>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Połędwica wiśniowa50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>             | <p>E:2052.12kcal<br/>B:97.08g<br/>T:62.1g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>18.11g<br/>W:261.12g<br/>W tym cukry:<br/>45.11g<br/>Bł:26,22g<br/>Sól:6.23g</p>  |  |
| <p><b>05.03</b><br/><b>Czwartek</b><br/><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem</b><br/><b>tłuszczu</b><br/><b>(3)</b></p> | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(<b>GLU OW, MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Rolada drobiowa50g<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p>                                   | <p>Zupa jarzynowa z makaronem 400ml (<b>GLU PSZ ,SEL,MLE</b>)<br/>Filet drobiowy gotowany90g<br/>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(<b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Sałata z lekkim sosem200g<br/>Ziemniaki z koperkiem150g<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p>   | <p>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Połędwica wiśniowa50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>             | <p>E:2052.12kcal<br/>B:97.08g<br/>T:62.1g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>18.12g<br/>W:261.12g<br/>W tym cukry:<br/>45.11g<br/>Bł:26,22g<br/>Sól:6.23g</p>  |  |
| <p><b>05.03</b><br/><b>Czwartek</b></p>  | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(<b>GLU OW, MLE</b>)</p>  | <p>Zupa jarzynowa z makaronem 400ml (<b>GLU PSZ ,SEL,MLE</b>)</p>  | <p>Pieczywo pszenne 80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)</p>  | <p>E:2055.12kcal<br/>B:97.08g<br/>T:62.14g</p>  |  |

|   |  |  |   |   |  |
|---|--|--|---|---|--|
| <b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b> | Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Rolada drobiowa50g<br>Sałata160g<br>Banan150g<br>Herbata250ml  | Filet drobiowy gotowany90g<br>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot wielowocowy250ml  | Polędwica wiśniowa50g<br>Pomidor bez skórki160g<br>Herbata250ml   | Kw.tł.nas.:<br>18.11g<br>W:262.12g<br>W tym cukry:<br>45.11g<br>Bł:26,22g<br>Sól:6.23g  |  |
| <b>05.03 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>                   | Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> )<br>Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Rolada drobiowa50g<br>Sałata160g<br>Jabłko 150g<br>Herbata250ml( <b>b/c</b> ) | Zupa jarzynowa z makaronem razowym400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL,MLE</b> )<br>Filet drobiowygotowany90g<br>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepkowego200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot wielowocowy250ml<br>Herbata250ml ( <b>b/c</b> ) | Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica wiśniowa50g<br>Pomidor160g<br>Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> ) | <b>Posiłek Dodatkowy</b><br>Podwieczorek<br>Chleb<br>Graham50g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek30g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek80g<br>Herbata250ml ( <b>b/c</b> ) | E:2219kcal<br>B:101,4g<br>T:60,7g<br>Kw.tł.nas.:16,2g<br>W:278g<br>W tym cukry:<br>42,2g<br>Bł:28,5g<br>Sól:6,8g |
| <b>05.03 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</b>  | Kleik ryżowy300ml<br>Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Pierś gotowana50g<br>Kisiel200ml<br>Banan150g<br>Herbata250ml   | Zupa jarzynowa z kaszą manną400ml ( <b>SEL,MLE,GLU PSZ</b> )<br>Filet drobiowy gotowany90g<br>Sos pieczeniowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Marchew gotowana200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Herbata250ml   | Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak w galarecie50g<br>Suchary30g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Kisiel200ml<br>Herbata250ml         | E:2012.98kcal<br>B:93.08g<br>T:71.14g<br>Kw.tł.nas.:<br>19.09g<br>W:278.12g<br>W tym cukry:<br>48.11g<br>Bł:26,22g<br>Sól:6.13g   |  |
| <b>05.03 Czwartek Dieta podstawowa (C1)</b>   | Płatki owsiane na mleku300ml( <b>GLU OW, MLE</b> )<br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU</b>  | Zupa jarzynowa z makaronem400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL,MLE</b> )<br>Filet drobiowy gotowany90g<br>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> )  | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica wiśniowa50g<br>Pomidor160g                                     | <b>Posiłek Dodatkowy</b><br>Podwieczorek<br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g  | E:2219kcal<br>B:101,4g<br>T:62,7g<br>Kw.tł.nas.:16,2g<br>W:278g<br>W tym cukry:                                  |

|  |  |  |   |   |                               |
|--|--|--|---|---|-------------------------------|
|  | <b>PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Rolada drobiowa50g<br>Sałata 160g<br>Banan150g<br>Herbata250ml  | Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot wieloowocowy250ml   | Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )   | ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )50g<br>Masło 10g( <b>MLE</b> )<br>Twarożek30g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata80g<br>Herbata250ml            | 43,8g<br>Bł:28,5g<br>Sól:6,8g |
| <b>05.03</b><br><b>Czwartek</b><br><b>Dieta płynna</b><br><b>(13)</b>          | Manna na mleku300ml( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) (postać płynna)<br>Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml<br>Kisiel 200ml<br>Herbata250ml                                     | Zupa jarzynowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml ( <b>GLU PSZ ,SEL, MLE</b> )<br>(postać płynna)<br>Kompot wieloowocowy250ml   | Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml ( <b>MLE</b> ) (postać płynna)<br>Budyń200ml ( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml                             | E:1781.12kcal<br>B:71.05g<br>T:74.78g<br>Kw.tł.nas.:<br>18.45g<br>W:241.13g<br>W tym cukry:<br>42.91g<br>Bł:25,11g<br>Sól:6.01g |                               |
| <b>05.03</b><br><b>Czwartek</b><br><b>Dieta bezglutenowa</b><br><b>(11/GL)</b> | Kleik ryżowy300ml<br>Pieczywo bezglutenowe80g<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Rolada drobiowa50g<br>Sałata160g<br>Banan150g<br>Herbata250ml  | Zupa jarzynowa z makaronem bezglutenowym400ml ( <b>SEL,MLE</b> )<br>Filet drobiowy gotowany90g<br>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>MLE</b> )<br>Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot wieloowocowy250ml        | Pieczywo bezglutenowe 80g<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica wiśniowa50g<br>Pomidor160g<br>Herbata250ml  | E:2012.91kcal<br>B:95g<br>T:71.14g<br>Kw.tł.nas.:<br>19.09g<br>W:288.12g<br>W tym cukry:<br>48.11g<br>Bł:26,22g<br>Sól:6.13g    |                               |
| <b>06.03</b><br><b>Piątek</b><br><b>Dieta podstawowa</b><br><b>(1)</b>         | Makaron na mleku300ml ( <b>MLE, GLU PSZ</b> )<br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica drobiowa z warzywami50g<br>Ogórek80g | Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml ( <b>GLU PSZ,SEL,MLE</b> )<br>Ryba smażona90g( <b>RYB,GLU PSZ,JAJ</b> )<br>Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka drobiowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml | E:2178.6kcal<br>B:104.3g<br>T:76,8g<br>Kw.tł.nas.:<br>19.9g<br>W:275.1g<br>W tym cukry:<br>48.9g<br>Bł:28,7g<br>Sól:6.9g        |                               |

|  |   |   |   |  |  |
|--|---|---|---|--|--|
|  | Pomidor80g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml  |   |   |  |  |
| <b>06.03</b><br><b>Piątek</b><br><b>Dieta łatwostrawna</b><br><b>(2)</b>   | Makaron na mleku300ml<br><b>(MLE, GLU PSZ)</b><br>Pieczywo pszenne80g<br><b>(GLU PSZ,)</b><br>Masło15g <b>(MLE)</b><br>Polędwica drobiowa z warzywami50g<br>Pomidor bez skórki160g<br>Jabłko bez skórki150g<br>Herbata250ml | Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml <b>(GLU PSZ,SEL,MLE)</b><br>Pulpet rybny gotowany90g <b>(RYB, GLU PSZ, JAJ)</b><br>Sos jogurtowy80g <b>(GLU PSZ,MLE)</b><br>Marchew gotowana200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g <b>(MLE)</b><br>Szynka drobiowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g <b>(MLE)</b><br>Herbata250ml | E:2071.6kcal<br>B:100.9g<br>T:61,8g<br>Kw.tł.nas.:<br>17.2g<br>W:263.1g<br>W tym cukry:<br>48.9g<br>Bł:27,1g<br>Sól:6.7g |  |
| <b>06.03</b><br><b>Piątek</b><br><b>Dieta łatwostrawna</b><br><b>z ograniczeniem</b><br><b>tłuszczu</b><br><b>(3)</b>  | Makaron na mleku300ml<br><b>(MLE, GLU PSZ)</b><br>Pieczywo pszenne80g<br><b>(GLU PSZ,)</b><br>Masło15g <b>(MLE)</b><br>Polędwica drobiowa z warzywami50g<br>Pomidor bez skórki160g<br>Jabłko bez skórki150g<br>Herbata250ml | Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml <b>(GLU PSZ,SEL,MLE)</b><br>Pulpet rybny gotowany90g <b>(RYB, GLU PSZ, JAJ)</b><br>Sos jogurtowy80g <b>(GLU PSZ,MLE)</b><br>Marchew gotowana200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g <b>(MLE)</b><br>Szynka drobiowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g <b>(MLE)</b><br>Herbata250ml | E:2071.6kcal<br>B:100.9g<br>T:61,8g<br>Kw.tł.nas.:<br>17.2g<br>W:263.1g<br>W tym cukry:<br>48.9g<br>Bł:27,1g<br>Sól:6.7g |  |
| <b>06.03</b><br><b>Piątek</b><br><b>Dieta łatwostrawna</b><br><b>z ograniczeniem</b><br><b>substancji</b><br><b>pobudzających</b><br><b>wydzielanie soku</b><br><b>żołądkowego</b><br><b>(4)</b> | Makaron na mleku300ml<br><b>(MLE, GLU PSZ)</b><br>Pieczywo pszenne80g<br><b>(GLU PSZ,)</b><br>Masło15g <b>(MLE)</b><br>Polędwica drobiowa z warzywami50g<br>Pomidor bez skórki160g  | Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml <b>(GLU PSZ,SEL,MLE)</b><br>Pulpet rybny gotowany90g <b>(RYB, GLU PSZ, JAJ)</b><br>Sos jogurtowy80g <b>(GLU PSZ,MLE)</b><br>Marchew gotowana200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b> Masło15g <b>(MLE)</b><br>Szynka drobiowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g <b>(MLE)</b><br>Herbata250ml | E:2071.6kcal<br>B:100.9g<br>T:61,8g<br>Kw.tł.nas.:<br>17.2g<br>W:263.1g<br>W tym cukry:<br>48.9g<br>Bł:27,1g<br>Sól:6.7g |  |

|   |   |  |   |   |  |
|---|---|--|---|---|--|
|   | Jabłko pieczone bez skórki150g<br>Herbata250ml  |  |   |   |  |
| <b>06.03</b><br><b>Piątek</b><br><b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b> | Płatki owsiane na mleku400ml<br><b>(MLE, GLU OW)</b><br>Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica drobiowa z warzywami50g<br>Pomidor160g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml( <b>b/c</b> ) | Zupa grysikowa z kaszą pęczak400ml ( <b>GLU PSZ, GLU JĘCZ, SEL, MLE</b> )<br>Pulpet rybny gotowany90g( <b>RYB, GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos chrzanowo-jogurtowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Herbata250ml ( <b>b/c</b> ) | Chleb graham80g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka drobiowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml ( <b>b/c</b> )              | <b>Posiłek Dodatkowy</b><br>podwieczorek<br>Chleb graham 50g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka konserwowa 30g<br>Pomidor80g<br>Herbata250ml ( <b>b/c</b> ) | E:2276.65kcal<br>B:112.35g<br>T:78.18g<br>Kw.tł.nas.: 19.15g<br>W:243.13g<br>W tym cukry: 43.18g<br>Bł:28,79g<br>Sól:6.89g |
| <b>06.03</b><br><b>Piątek</b><br><b>Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</b>                        | Kleik ryżowy300ml ( <b>MLE</b> )<br>Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Dżem o obniżonej zawartości cukru50g<br>Banan150g<br>Kisiel200ml<br>Herbata250ml                             | Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> )<br>Pulpet rybny gotowany90g( <b>RYB, GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Lekki sos80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Marchew gotowana200g<br>Ziemniaki150g<br>Herbata250ml  | Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica drobiowa50g<br>Kisiel 200ml<br>Suchary30g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Herbata250ml                          | E:2011.5kcal<br>B:101.35g<br>T:72.8g<br>Kw.tł.nas.: 17.2g<br>W:253.13g<br>W tym cukry: 42.11g<br>Bł:25,79g<br>Sól:6.6g  |  |
| <b>06.03</b><br><b>Piątek</b><br><b>Dieta podstawowa (C1)</b>                                       | Płatki owsiane na mleku400ml<br><b>(MLE, GLU OW)</b><br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica drobiowa z warzywami50g<br>Sałata160g                  | Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> )<br>Pulpet rybny gotowany90g( <b>RYB, GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos jogurtowy80g( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Marchew gotowana200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml   | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka drobiowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml | <b>Posiłek Dodatkowy</b><br>Podwieczorek<br>Pieczywo pszenno-razowe50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )  | E:2246.2kcal<br>B:108.3g<br>T:78.18g<br>Kw.tł.nas.: 18.15g<br>W:283.13g<br>W tym cukry: 47.11g<br>Bł:28,79g<br>Sól:6.89g   |

|  |   |  |  |   |  |
|--|---|--|--|---|--|
|  | Jabłko150g<br>Herbata250ml  |  |  | Szynka<br>Konserwowa50g<br>Pomidor80g<br>Herbata250ml   |  |
| <b>06.03</b><br><b>Piątek</b><br><b>Dieta płynna</b><br><b>(13)</b>          | Manna na mleku<br>300ml( <b>GLU PSZ,MLE</b> )<br>Ryż biały, rozgotowany,<br>przetarty z zupą<br>jarzynową<br>300ml(postać płynna)<br>Budyń200ml ( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml  | Zupa grysikowa z kaszą<br>kukurydzianą i dodatkiem mięsa<br>drobiowego bez skóry400ml<br>400ml( <b>GLU PSZ,SEL,MLE</b> )<br>Kompot jabłkowy250ml   | Puree z ziemniaków,<br>marchewki, na wywarze<br>300ml(postać płynna)<br>Jogurt naturalny120g<br>( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml   | E:18176.9kcal<br>B:75.9g<br>T:62.7g<br>Kw.tł.nas.:<br>16.8g<br>W:239.89g<br>W tym cukry:<br>40.45g<br>Bł:25.49g<br>Sól:5.22g    |  |
| <b>06.03</b><br><b>Piątek</b><br><b>Dieta bezglutenowa</b><br><b>(11/GL)</b> | Kleik ryżowy300ml<br>Pieczywo<br>bezglutenowe80g<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica drobiowa z<br>warzywami50g<br>Pomidor160g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml  | Zupa grysikowa z kaszą<br>kukurydzianą400ml ( <b>SEL,MLE</b> )<br>Pulpet rybny gotowany90g( <b>RYB,</b><br><b>JAJ</b> )<br>Sos jogurtowy80g( <b>MLE</b> )<br>Surówka z kiszanej kapusty z<br>cebulką i z dodatkiem oleju<br>rzepakowego200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo<br>bezglutenowe80g<br>Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Szynka drobiowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt<br>naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml   | E:2141.6kcal<br>B:107.3g<br>T:72,8g<br>Kw.tł.nas.:<br>19.8g<br>W:273.1g<br>W tym cukry:<br>49.9g<br>Bł:26,7g<br>Sól:6.8g        |  |
| <b>07.03</b><br><b>Sobota</b><br><b>Dieta podstawowa</b><br><b>(1)</b>       | Manna na mleku300ml<br>( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Pieczywo pszenno-<br>żytnie, razowe80g ( <b>GLU</b><br><b>PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Twarożek50g( <b>MLE</b> )<br>Rzodkiewka80g<br>Pomidor80g<br>Banan150g<br>Herbata250ml | Zupa pieczarkowa z<br>ryżem400ml( <b>GLU PSZ, SEL,</b><br><b>MLE</b> )<br>Sos mięsno-pomidorowy,<br>zaprawiany jogurtem<br>naturalnym180g( <b>GLU PSZ,MLE</b> )<br>Buraczki gotowane200g<br>Makaron200g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Kompot wieloowocowy250ml  | Pieczywo pszenno-<br>żytnie, razowe80g ( <b>GLU</b><br><b>PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Polędwica z indyka50g<br>50g<br>Pomidor 160g<br>Kawa zbożowa na<br>mleku200ml ( <b>GLU ŻYT,</b><br><b>GLU JĘCZ,MLE</b> ) | E:2167.14kcal<br>B:101.42g<br>T: 80,7g<br>Kw.tł.nas.:<br>18.9g<br>W:299.25g<br>W tym cukry:<br>47.18g<br>Bł:28,23g<br>Sól:6.21g |  |

|  |  |  |   |   |  |
|--|--|--|---|---|--|
| <p><b>07.03</b><br/><b>Sobota</b><br/><b>Dieta łatwostrawna</b><br/><b>(2)</b></p>   | <p>Manna na mleku300ml<br/>( <b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g<br/>(<b>GLU PSZ</b>)Masło15g ( <b>MLE</b>)<br/>Twarożek50g(<b>MLE</b>)<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p> | <p>Zupa ryżowa400ml(<b>GLU PSZ, SEL, MLE</b>)<br/>Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/>Buraczki gotowane200g<br/>Makaron200g(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g<br/>(<b>GLU PSZ</b>)Masło15g<br/>(<b>MLE</b>)<br/>Polędwica z indyka50g<br/>50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p> | <p>E:2017.44kcal<br/>B:102.42g<br/>T:78,7g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>15.13g<br/>W:259.25g<br/>W tym cukry:<br/>47.18g<br/>Bł:27,13g<br/>Sól:6.21g</p> |  |
| <p><b>07.03</b><br/><b>Sobota</b><br/><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b><br/><b>(3)</b></p>  | <p>Manna na mleku300ml<br/>( <b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g<br/>(<b>GLU PSZ</b>)Masło15g ( <b>MLE</b>)<br/>Twarożek50g(<b>MLE</b>)<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p> | <p>Zupa ryżowa400ml(<b>GLU PSZ, SEL, MLE</b>)<br/>Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/>Buraczki gotowane200g<br/>Makaron200g(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g<br/>(<b>GLU PSZ</b>)Masło15g<br/>(<b>MLE</b>)<br/>Polędwica z indyka50g<br/>50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p> | <p>E:2014.14kcal<br/>B:102.42g<br/>T:65,7g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>15.13g<br/>W:259.25g<br/>W tym cukry:<br/>47.18g<br/>Bł:27,13g<br/>Sól:6.21g</p> |  |
| <p><b>07.03</b><br/><b>Sobota</b><br/><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b><br/><b>(4)</b></p> | <p>Manna na mleku300ml<br/>( <b>GLU PSZ, MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g<br/>(<b>GLU PSZ</b>)Masło15g ( <b>MLE</b>)<br/>Twarożek50g(<b>MLE</b>)<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p> | <p>Zupa ryżowa400ml(<b>GLU PSZ, SEL, MLE</b>)<br/>Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/>Buraczki gotowane200g<br/>Makaron200g(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenne80g<br/>(<b>GLU PSZ</b>)Masło15g<br/>(<b>MLE</b>)<br/>Polędwica z indyka50g<br/>50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Herbata250ml</p>  | <p>E:2014.74kcal<br/>B:102.42g<br/>T:65,7g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>15.13g<br/>W:259.25g<br/>W tym cukry:<br/>47.18g<br/>Bł:30,23g<br/>Sól:6.21g</p> |  |
| <p><b>07.03</b><br/><b>Sobota</b><br/><b>Dieta z ograniczeniem łatwo</b></p>   | <p>Płatki owsiane na mleku300ml(<b>GLU OW, MLE</b>)<br/>Chleb graham80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g ( <b>MLE</b>)<br/>Twarożek50g(<b>MLE</b>)</p>   | <p>Zupa pieczarkowa z brązowym ryżem400ml(<b>GLU PSZ, SEL, MLE</b>)<br/>Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(<b>GLU PSZ,MLE</b>)</p>  | <p>Chleb graham80g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g<br/>(<b>MLE</b>)<br/>Polędwica z indyka50g<br/>50g</p>   | <p><b>Posiłek</b><br/><b>Dodatkowy</b><br/>Podwieczorek<br/>Chleb graham<br/>50g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło10g(<b>MLE</b>)</p>                  | <p>E:2297.02kcal<br/>B:119.08g<br/>T:74.14g<br/>Kw.tł.nas.:<br/>19.09g<br/>W:248.76g</p> |

|  |  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|--|---|
| <b>przyswajalnych węglowodanów (6)</b>                   | Salata 160g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml <b>(b/c)</b>   | Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g<br>Makaron razowy200g <b>(GLU PSZ)</b><br>Herbata250ml <b>(b/c)</b>  | Pomidor160g<br>Kawa zbożowa na mleku200ml <b>(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</b><br><b>(b/c)</b>   | Polędwica dębowa30g<br>Ogórek80g<br>Herbata250ml <b>(b/c)</b>  | W tym cukry:<br>46.11g<br>Bł:27,12g<br>Sól:6.23g  |
| <b>07.03 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</b> | Kleik ryżowy300ml<br>Pieczywo pszenne80g <b>(GLU PSZ)</b><br>Masło15g <b>(MLE)</b><br>Kurczak w galarecie50g<br>Banan150g<br>Kisiel200ml<br>Herbata250ml   | Zupa ryżowa 400ml <b>(GLU PSZ,SEL, MLE)</b><br>Kasza manna z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry250g/100g <b>(GLU PSZ)</b><br>Herbata250ml  | Pieczywo pszenne 80g <b>(GLU PSZ)</b><br>Masło15g <b>(MLE)</b><br>Pierś gotowana50g<br>Suchary30g <b>(GLU PSZ)</b><br>Kisiel200ml<br>Herbata250ml  | E:2077.74kcal<br>B:97.42g<br>T:71,7g<br>Kw.tł.nas.: 15g<br>W:283.25g<br>W tym cukry: 45.18g<br>Bł:26,23g<br>Sól:6.21g  |   |
| <b>07.03 Sobota Dieta podstawowa (C1)</b>                | Manna na mleku300ml <b>( GLU PSZ, MLE)</b><br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło15g <b>( MLE)</b><br>Twarożek50g <b>(MLE)</b><br>Sałata160g<br>Banan150g<br>Herbata250ml | Zupa ryżowa400ml <b>(GLU PSZ, SEL, MLE)</b><br>Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g <b>(GLU PSZ,MLE)</b><br>Buraczki gotowane200g<br>Makaron200g <b>(GLU PSZ)</b><br>Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło15g <b>(MLE)</b><br>Polędwica z indyka 50g<br>Pomidor160g<br>Kawa zbożowa na mleku200ml <b>(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</b> | <b>Posiłek Dodatkowy</b><br>Podwieczorek<br>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> 50g<br>Masło 10g <b>(MLE)</b><br>Polędwica dębowa30g<br>Sałata80g<br>Herbata250ml | E:2285.29kcal<br>B:98.12g<br>T:75.10g<br>Kw.tł.nas.: 19.09g<br>W:288.12g<br>W tym cukry: 49.11g<br>Bł:28,29g<br>Sól:6.55g |
| <b>07.03 Sobota Dieta płynna (13)</b>                    | Kleik ryżowy300ml<br>Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml <b>(MLE)</b><br>Kisiel200ml<br>Herbata250ml   | Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml <b>(GLU PSZ,SEL, MLE)</b><br>Kompot wieloowocowy250ml   | Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml <b>(GLU PSZ)</b> (postać płynna)<br>Budyń 200ml <b>(MLE)</b><br>Herbata250ml                                    | E:1812kcal<br>B:61g<br>T:60,1g<br>Kw.tł.nas.:14,1g<br>W:245g<br>W tym cukry: 42,7g   |   |

|  |  |   |   |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
|  |  |   |   | Bł:26,1g<br>Sól:5,7g   |  |
| <b>07.03</b><br><b>Sobota</b><br><b>Dieta bezglutenowa</b><br><b>(11/GL)</b> | Kleik ryżowy300ml<br>Pieczywo<br>bezglutenowe80g<br>Masło15g (MLE)<br>Twarożek50g(MLE)<br>Sałata160g<br>Banan150g<br>Herbata250ml  | Zupa pieczarkowa z<br>ryżem400ml<br>(SEL, MLE)<br>Sos mięsno-pomidorowy,<br>zaprawiany jogurtem<br>naturalnym180g(MLE)<br>Buraczki gotowne200g<br>Makaron bezglutenowy200g<br>Kompot wieloowocowy250ml      | Pieczywo bezglutenowe<br>80g Masło15g (MLE)<br>Polędwica z indyka<br>50g<br>Pomidor160g<br>Herbata250ml   | E:2071.74kcal<br>B:98.42g<br>T:.78,7g<br>Kw.tł.nas.:<br>15.6g<br>W:299.25g<br>W tym cukry:<br>47.18g<br>Bł:28,28g<br>Sól:6.21g |  |
| <b>08.03</b><br><b>Niedziela</b><br><b>Dieta podstawowa</b><br><b>(1)</b>    | Ryż na<br>mleku300ml(MLE)<br>Pieczywo pszenno-<br>żytnie, razowe80g (GLU<br>PSZ, GLU ŻYT)Masło15g<br>( MLE)<br>Ser żółty50g<br>Pomidor80g<br>Ogórek80g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml | Rosół z makaronem400ml<br>400ml(GLU PSZ,SEL)<br>Udko pieczone<br>Surówka z kapusty białej z<br>dodatkiem oleju<br>rzepakowego200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml                      | Pieczywo pszenno-<br>żytnie, razowe80g (GLU<br>PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło15g<br>(MLE)<br>Polędwica dębowa<br>50g<br>Sałata160g<br>Jogurt<br>naturalny120g(MLE)<br>Herabata250ml | E:2143kcal<br>B:101g<br>T:74,6g<br>Kw.tł.nas.:18,1g<br>W:301g<br>W tym cukry:<br>48g<br>Bł:26,8g<br>Sól:7,3g                   |  |
| <b>08.03</b><br><b>Niedziela</b><br><b>Dieta łatwostrawna</b><br><b>(2)</b>  | Ryż na<br>mleku300ml(MLE)<br>Pieczywo pszenne80g<br>(GLU PSZ)Masło15g (MLE)<br>Pierś gotowana50g<br>Pomidor bez skórki<br>160g<br>Jabłko bez skórki150g<br>Herbata250ml              | Rosół jarski z makaronem<br>400ml(GLU PSZ,SEL)<br>Udko gotowane<br>Sos zaprawiany jogurtem<br>naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ)<br>Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenne80g<br>(GLU PSZ)Masło15g<br>(MLE)<br>Polędwica dębowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt<br>naturalny120g(MLE)<br>Herabata250ml                                     | E:2048kcal<br>B:99g<br>T:62,6g<br>Kw.tł.nas.:16,1g<br>W:287g<br>W tym cukry:46g<br>Bł:24,8g<br>Sól:7,4g                        |  |

|   |  |   |  |   |  |
|---|--|---|--|---|--|
| <b>08.03</b><br><b>Niedziela</b><br><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)</b>  | Ryż na mleku300ml( <b>MLE</b> )<br>Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Pierś gotowana50g<br>Pomidor bez skórki 160g<br>Jabłko bez skórki150g<br>Herbata250ml          | Rosół jarski z makaronem 400ml( <b>GLU PSZ,SEL</b> )<br>Udko gotowane<br>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>MLE ,GLU PSZ</b> )<br>Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml   | Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica dębowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herabata250ml  | E:2048kcal<br>B:99g<br>T:62,6g<br>Kw.tł.nas.:16,1g<br>W:287g<br>W tym cukry:46g<br>Bł:24,8g<br>Sól:7,4g   |  |
| <b>08.03</b><br><b>Niedziela</b><br><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b> | Ryż na mleku300ml( <b>MLE</b> )<br>Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Pierś gotowana50g<br>Pomidor bez skórki 160g<br>Jabłko pieczone bez skórki150g<br>Herbata250ml | Rosół jarski z makaronem 400ml( <b>GLU PSZ,SEL</b> )<br>Udko gotowane<br>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>MLE ,GLU PSZ</b> )<br>Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml   | Pieczywo pszenne80g ( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica dębowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herabata250ml  | E:2048kcal<br>B:99g<br>T:62,6g<br>Kw.tł.nas.:16,1g<br>W:287g<br>W tym cukry:46g<br>Bł:24,8g<br>Sól:7,4g   |  |
| <b>08.03</b><br><b>Niedziela</b><br><b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b>                                  | Płatki owsiane na mleku 300ml( <b>GLU OW,MLE</b> )<br>Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Pierś gotowana50g<br>Pomidor 160g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml ( <b>b/c</b> )  | Rosół z makaronem razowym 400ml( <b>GLU PSZ,SEL</b> )<br>Udko gotowane<br>Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g( <b>MLE ,GLU PSZ</b> )<br>Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju rzepakowego200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Herbata250ml( <b>b/c</b> ) | Chleb graham 80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica dębowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herabata250ml( <b>b/c</b> ) | <b>Posiłek Dodatkowy</b><br>Chleb graham 50g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło10g ( <b>MLE</b> )<br>Polędwica z warzywami 30g<br>Ogórek80g<br>Herbata250ml ( <b>b/c</b> ) | E:2281.23kcal<br>B:94.12g<br>T:65.04g<br>Kw.tł.nas.: 18.13g<br>W:255.12g<br>W tym cukry: 43.11g<br>Bł:28,19g<br>Sól:6.2g |
| <b>08.03</b><br><b>Niedziela</b><br><b>Dieta eliminacyjna</b>   | Kleik ryżowy300ml<br>Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> )   | Kasza manna na rosole jarskim 400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> )<br>Udko gotowane   | Pieczywo pszenne80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło15g  | E:2020kcal<br>B:91g<br>T:66,6g  |  |

|   |   |   |  |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| <b>(biegunkowa)<br/>(11)</b>                                  | Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Dżem o obniżonej<br>zawartości cukru50g<br>Banan150g<br>Kisiel200ml<br>Herbata250ml  | Lekki sos80g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Marchew gotowanana200g<br>Ziemniaki150g<br>Herbata250ml   | ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak w galarecie50g<br>Suchary30g( <b>GLU PSZ</b> )<br>Kisiel200ml<br>Herbata250ml  | Kw.tł.nas.:17,1g<br>W:287g<br>W tym cukry:49g<br>Bł:26,8g<br>Sól:7,6g  |  |
| <b>08.03<br/>Niedziela<br/>Dieta podstawowa<br/>(C1)</b>      | Ryż na<br>mleku300ml( <b>MLE</b> )<br>Pieczywo pszenno-<br>żytnie, razowe80g ( <b>GLU<br/>PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Pierś gotowana50g<br>Pomidor160g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml  | Rosół z makaronem<br>400ml( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> )<br>Udko gotowane<br>Sos zaprawiany jogurtem<br>naturalnym80g( <b>MLE ,GLU PSZ</b> )<br>Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo pszenno-<br>żytnie, razowe80g ( <b>GLU<br/>PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Polędwica dębowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt<br>naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herabat250ml | <b>Posiłek<br/>Dodatkowy</b><br>Podwieczorek<br>Bułeczka<br>maślana35g<br>( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Kisiel 200ml<br>Banan150g<br>Herbata250ml | E:2241.23kcal<br>B:94.12g<br>T:65.04g<br>Kw.tł.nas.:<br>18.10g<br>W:286.12g<br>W tym cukry:<br>46.12g<br>Bł:28,18g<br>Sól:6.2g |
| <b>08.03<br/>Niedziela<br/>Dieta płynna<br/>(13)</b>          | Ryż na mleku300ml<br>(postać płynna)( <b>MLE</b> )<br>Manna z marchewką<br>gotowaną i dodatkiem<br>drobiu bez skóry<br>(postać płynna)300ml<br>( <b>GLU PSZ ,JAJ,MLE</b> )<br>Kisiel200ml<br>Herbata250ml | Zupa rosół z makaronem i z<br>dodatkiem mięsa drobiowego<br>bez skóry400ml ( <b>GLU PSZ,SEL,<br/>MLE</b> )<br>Kompot jabłkowy250ml  | Jajko na miękko<br>zmiksowane z<br>wywarem jarzynowym<br>i ryżem gotowanym<br>300ml( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Jogurt naturalny<br>zmiksowany z bananem<br>300ml( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml      | E:1876kcal<br>B:86,4g<br>T:58,7g<br>Kw.tł.nas.:14,2g<br>W:258g<br>W tym cukry:<br>42,2g<br>Bł:25,5g<br>Sól:5,8g                                |  |
| <b>08.03<br/>Niedziela<br/>Dieta bezglutenowa<br/>(11/GL)</b> | Makaron bezglutenowy<br>na mleku300ml( <b>MLE</b> )<br>Pieczywo<br>bezglutenowe80g<br>Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Pierś gotowana50g<br>Pomidor160g<br>Jabłko150g<br>Herbata250ml                        | Rosół z makaronem<br>bezglutenowym<br>400ml( <b>SEL, MLE</b> )<br>Udko gotowane<br>Sos zaprawiany jogurtem<br>naturalnym80g( <b>MLE</b> )<br>Sałata z lekkim sosem200g<br>Ziemniaki z koperkiem150g<br>Kompot jabłkowy250ml | Pieczywo bezglutenowe<br>80g<br>Masło15g<br>( <b>MLE</b> )<br>Polędwica debowa50g<br>Sałata160g<br>Jogurt<br>naturalny120g( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml   | E:2048kcal<br>B:99g<br>T:62,6g<br>Kw.tł.nas.:16,1g<br>W:287g<br>W tym cukry:46g<br>Bł:24,8g<br>Sól:7,4g  |  |

|   |  |   |   |   |  |
|---|--|---|---|---|--|
| <p><b>09.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta podstawowa</b><br/><b>(1)</b></p>                            | <p>Makaron na mleku300ml(<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta z jaj50g(<b>JAJ</b>)<br/>Pomidora80g<br/>Sałata80g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p> | <p>Zupa grochowa z ziemniakami 400ml(<b>GLU PSZ,SEL, MLE</b>)<br/>Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(<b>GLU PSZ, ,MLE</b>)<br/>Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(<b>MLE</b>)<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p> | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta rybna z chudego filetu50g(<b>RYB</b>)<br/>Pomidor160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p> | <p>E:2111.23kcal<br/>B:92.12g<br/>T:63.14g<br/>Kw.tł.nas.: 18.09g<br/>W:275.12g<br/>W tym cukry: 47.11g<br/>Bł:28,19g<br/>Sól:6.25g</p> |  |
| <p><b>09.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta łatwostrawna</b><br/><b>(2)</b></p>                          | <p>Makaron na mleku300ml(<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta z jaj50g(<b>JAJ</b>)<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p>  | <p>Zupa ziemniaczana 400ml(<b>GLU PSZ,SEL, MLE</b>)<br/>Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(<b>GLU PSZ, ,MLE</b>)<br/>Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(<b>MLE</b>)<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p>           | <p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta rybna z chudego filetu50g(<b>RYB</b>)<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>                   | <p>E:2011.20kcal<br/>B:90.12g<br/>T:64.12g<br/>Kw.tł.nas.: 18,09g<br/>W:267.12g<br/>W tym cukry: 46.11g<br/>Bł:26,4g<br/>Sól:6.2g</p>   |  |
| <p><b>09.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b><br/><b>(3)</b></p> | <p>Makaron na mleku300ml(<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta z białek jaj50g(<b>JAJ</b>)<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p>                                 | <p>Zupa ziemniaczana 400ml(<b>GLU PSZ,SEL, MLE</b>)<br/>Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(<b>GLU PSZ, ,MLE</b>)<br/>Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(<b>MLE</b>)<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p>           | <p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta rybna z chudego filetu50g(<b>RYB</b>)<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>)</p>                   | <p>E:2011.20kcal<br/>B:90.12g<br/>T:64.12g<br/>Kw.tł.nas.: 18.09g<br/>W:267.12g<br/>W tym cukry: 46.11g<br/>Bł:26,4g<br/>Sól:6.2g</p>   |  |

|   |  |   |   |  |  |
|---|--|---|---|--|--|
| <p><b>09.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)</b></p> | <p>Makaron na mleku300ml(<b>GLU PSZ,MLE</b>)<br/>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta z białek jaj50g(<b>JAJ</b>)<br/>Sałata160g<br/>Banan150g<br/>Herbata250ml</p>             | <p>Zupa ziemniaczana 400ml(<b>GLU PSZ,SEL, MLE</b>)<br/>Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(<b>GLU PSZ, ,MLE</b>)<br/>Marchew gotowana200g<br/>Kompot wieloowocowy250ml</p>  | <p>Pieczywo pszenne80g (<b>GLU PSZ</b>)Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Szynka drobiowa50g<br/>Pomidor bez skórki160g<br/>Herbata250ml</p>   | <p>E:2011.20kcal<br/>B:90.12g<br/>T:63.12g<br/>Kw.tł.nas.: 17.09g<br/>W:267.12g<br/>W tym cukry: 46.11g<br/>Bł:26,4g<br/>Sól:6.2g</p>  |  |
| <p><b>09.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</b></p>                                  | <p>Płatki owsiane na mleku 300ml( <b>GLU OW,MLE</b>)<br/>Chleb graham 80g(<b>GLU PSZ</b>)Masło15g ( <b>MLE</b>)<br/>Pasta z jaj50g(<b>JAJ</b>)<br/>Sałata160g<br/>Jabłko150g<br/>Herbata250ml (<b>b/c</b>)</p> | <p>Zupa grochowa z ziemniakami 400ml(<b>GLU PSZ,SEL, MLE</b>)<br/>Risotto z brązowym ryżem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(<b>GLU PSZ, ,MLE</b>)<br/>Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(<b>MLE</b>)<br/>Herbata250ml(<b>b/c</b>)</p> | <p>Chleb graham 80g(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta rybna z chudego filetu50g(<b>RYB</b>)<br/>Pomidor 160g<br/>Kawa zbożowa na mleku200ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b>) (<b>b/c</b>)</p> | <p><b>Posiłek</b><br/><b>Dodatkowy</b><br/>Podwieczorek<br/>Chleb<br/>Graham50g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło 10g (<b>MLE</b>)<br/>Pierś gotowana30g<br/>Ogórek80g<br/>Herbata250ml(<b>b/c</b>)</p> | <p>E:2281.23kcal<br/>B:94.12g<br/>T:65.04g<br/>Kw.tł.nas.: 18.13g<br/>W:255.12g<br/>W tym cukry: 43.11g<br/>Bł:28,19g<br/>Sól:6.2g</p> |
| <p><b>09.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (11)</b></p>   | <p>Kleik ryżowy300ml<br/>Pieczywo pszenne80g(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g ( <b>MLE</b>)<br/>Polędwica z indyka50g<br/>Banan150g<br/>Kisiel200ml<br/>Herbata250ml</p>   | <p>Zupa ziemniaczana 400ml(<b>GLU PSZ,SEL, MLE</b>)<br/>Ryż zapiekany z jabłkiem bez skóry200g/120g<br/>Herbata250ml</p>  | <p>Pieczywo pszenne80g(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Masło15g (<b>MLE</b>)<br/>Kurczak w galarecie50g<br/>Suchary30g(<b>GLU PSZ</b>)<br/>Kisiel200ml<br/>Herbata250ml</p>   | <p>E:2086.6kcal<br/>B:87.3g<br/>T:60.8g<br/>Kw.tł.nas.: 17.4g<br/>W:248.1g<br/>W tym cukry: 41.9g<br/>Bł:25,9g<br/>Sól:6.8g</p>  |  |
| <p><b>09.03</b><br/><b>Poniedziałek</b><br/><b>Dieta podstawowa (C1)</b></p>  | <p>Makaron na mleku300ml(<b>GLU PSZ,MLE</b>)</p>   | <p>Zupa ziemniaczana 400ml(<b>GLU PSZ,SEL, MLE</b>)</p>   | <p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)<br/>Masło15g</p>  | <p><b>Posiłek</b><br/><b>Dodatkowy</b><br/>Podwieczorek<br/>Pieczywo</p>   | <p>E:2271.23kcal<br/>B:94.12g<br/>T:65.04g<br/>Kw.tł.nas.:</p>   |

|  |   |   |   |  |   |
|--|---|---|---|--|---|
|  | Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z jaj50g( <b>JAJ</b> )<br>Sałata160g<br>Banan150g<br>Herbata250ml  | Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g( <b>GLU PSZ, ,MLE</b> )<br>Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g( <b>MLE</b> )<br>Kompot wieloowocowy250ml   | ( <b>MLE</b> )<br>Szynka drobiowa50g<br>Pomidor160g<br>Kawa zbożowa na mleku200ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE</b> )  | pszenno-żytnie, razowe50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Pierś gotowana 30g<br>Sałata80g<br>Herbata250ml | 18.13g<br>W:285.12g<br>W tym cukry: 46.10g<br>Bł:28,19g<br>Sól:6.2g |
| <b>09.03</b><br><b>Poniedziałek</b><br><b>Dieta płynna</b><br><b>(13)</b>          | Makaron na mleku300ml (postać płynna)( <b>MLE ,GLU PSZ</b> )<br>Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml ( <b>GLU PSZ ,JAJ,MLE</b> )<br>Kisiel200ml<br>Herbata250ml | Zupa ziemniaczana z dodatkiem drobiu bez skóry400ml ( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> )<br>Kompot wieloowocowy250ml   | Jajko na miękko zmiksovane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Jogurt naturalny zmiksovany z bananem 300ml( <b>MLE</b> )<br>Herbata250ml | E:1916.kcal<br>B:92.3g<br>T:62.8g<br>Kw.tł.nas.: 17.2g<br>W:265.1g<br>W tym cukry: 41.9g<br>Bł:26,7g<br>Sól:6.8g                     |   |
| <b>09.03</b><br><b>Poniedziałek</b><br><b>Dieta bezglutenowa</b><br><b>(11/GL)</b> | Makaron bezglutenowy na mleku300ml( <b>MLE</b> )<br>Pieczywo bezglutenowe80g<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z jaj50g( <b>JAJ</b> )<br>Sałata160g<br>Banan150g<br>Herbata250ml                      | Zupa grochowa z ziemniakami 400ml( <b>SEL, MLE</b> )<br>Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g( <b>MLE</b> )<br>Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g( <b>MLE</b> )<br>Kompot wieloowocowy250ml | Pieczywo bezglutenowe 80g<br>Masło15g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta rybna chudego filetu50g( <b>RYB</b> )<br>Pomidor160g<br>Herbata250ml  | E:2056.6kcal<br>B:104.3g<br>T:62.8g<br>Kw.tł.nas.: 19.4g<br>W:270.1g<br>W tym cukry: 43.9g<br>Bł:26,1g<br>Sól:6.8g                   |   |