

Jadłospis od dnia 10.03.2026r. do dnia 19.03.2026r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
10.03 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem i fasolą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2156.97kcal B:77..35g T:74.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.7g	
10.03 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2056.22kcal B:77.35g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
10.03 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g	Zupa wielowarzywna z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g	E:2056.22kcal B: 77.35g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g	

(D05)	Herbata250ml	jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
10.03 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (D13)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2056.22kcal B: 77.35g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
10.03 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa wielowarzywna z makaronem razowym 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z warzywami30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2256.87kcal B:87.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.45g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g
10.03 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z kaszą manną400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami bez skóry, 180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2001.68kcal B:77.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.49g W:289.13g W tym cukry: 47.98g	

		Herbata250ml		Bł:21,23g Sól:6.01g	
10.03 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona 180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Południca z warzywami 30g Sałata80g Herbata250ml	E:22536.87kcal B:87.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.15g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g
10.03 Wtorek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka na miękko i mięsa drobiowego bez skóry300ml(GLU PSZ, MLE, JAJ)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Ryż gotowany na mleku zmiksowany z bananem300ml(MLE) Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:1874.22kcal B:80.35g T:68.18g Kw.tł.nas.: 17.42g W:299.13g W tym cukry: 45.98g Bł:22,21g Sól:5.22g	
10.03 Wtorek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem bezglutenowym400ml(SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(MLE) Buraczki gotowane200g	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2159.97kcal B:77.35g T:72.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:23,13g	

		Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml		Sól:6.7g	
10.03 Wtorek Dieta podstawowa (P01) 1-3 lat	Ryż na mleku150ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło5g (MLE) Twarożek50g(MLE) Marchew talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem150ml GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona 100g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane100g Ziemniaki100g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki50g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1000.97kcal B:26.35g T:45.18g Kw.tł.nas.: 10.45g W:145.13g W tym cukry: 31.98g Bł:10,13g Sól:3.4g	
10.03 Wtorek Dieta podstawowa (P01) 4-9 lat	Ryż na mleku200ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło10g (MLE) Twarożek50g(MLE) Marchew talarki gotowane50g Sałata20g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem200ml GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona 150g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane150g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki50g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1500.97kcal B:35.35g T:55.18g Kw.tł.nas.: 11.67g W:195.13g W tym cukry: 36.98g Bł:13,13g Sól:3.7g	
10.03 Wtorek Dieta podstawowa (P01) 10-18lat	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona 180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata 30g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel250ml bez cukru	E:2006.22kcal B:77.35g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	

<p>11.03 Środa Dieta podstawowa (D01)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ogórowa z ryżem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2076.6kcal B:79.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g</p>	
<p>11.03 Środa Dieta łatwostrawna (D02)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2076.6kcal B:78.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g</p>	
<p>11.03 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2076.6kcal B: 78.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g</p>	

<p>11.03 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (D13)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki120g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>E:2076.6kcal B:78.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:23,5g Sól:6.8g</p>	
<p>11.03 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Zupa ogórkowa z brązowym ryżem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z mąki pełnoziarnistej 10 sztuk(GLU PSZ,GLU ŻYT ,JAJ,MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka z brązowego ryżu z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>E:2156kcal B:80.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 16.4g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:29,79g Sól:6.5g</p>
<p>11.03 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)</p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,JAJ,MLE) Marchew gotowana200g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Suchary 30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>E:1920.6kcal B:72.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:21,5g Sól:6.8g</p>	

<p>11.03 Środa Dieta podstawowa (C01)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml</p>	<p>E:2223kcal B:80.35g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g</p>
<p>11.03 Środa Dieta płynna (13)</p>	<p>Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmaczone 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 wielooowocowy250ml</p>	<p>Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:1811.6kcal B:76.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:252.1g W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g</p>	
<p>11.03 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem400ml (MLE,SEL) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>E:2076.6kcal B:74.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,1g Sól:6.5g</p>	
<p>11.03 Środa Dieta podstawowa (P01) 1-3 lat</p>	<p>Manna na mleku150ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło5g (MLE) Rolada drobiowa50g</p>	<p>Zupa ryżowa150ml GLU PSZ, SEL, MLE) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 6 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana100g</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Jajko gotowane(JAJ) Pomidor bez skórki50g</p>	<p>E:1080.17kcal B:25.35g T:43.18g Kw.tł.nas.: 10.11g W:147.13g</p>	

	Marchew talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Herbata250ml	Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	W tym cukry: 30.98g Bł:10,02g Sól:3.4g	
11.03 Środa Dieta podstawowa (P01) 4-9 lat	Manna na mleku200ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło10g (MLE) Rolada drobiowa50g Marchew talarki gotowane50g Sałata20g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa200ml GLU PSZ, SEL, MLE) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana150g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Jajko gotowane(JAJ) Pomidor bez skórki50g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1478.97kcal B:34.35g T:54.18g Kw.tł.nas.: 11.27g W:193.13g W tym cukry: 36.17g Bł:14,13g Sól:3.7g	
11.03 Środa Dieta podstawowa (P01) 10-18lat	Manna na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml GLU PSZ, SEL, MLE) Pierogi leniwe10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,JAJ,MLE) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel250ml bez cukru	E:2076.6kcal B:78.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	
12.03 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(G LU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2239.19kcal B:95.19g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.58g W:302.10g W tym cukry: 47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	

	Herbata250ml				
12.03 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GL U PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	
12.03 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g (GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	
12.03 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (D13)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g (GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2160.15kcal B:92.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	
12.03 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa koperkowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ SEL,MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g	E:2377.74kcal B:104.42g T:81,7g Kw.tł.nas.: 16.73g

przyswajalnych węglowodanów (D03)	Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata 160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	(MLE) Pierś gotowana 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	W:299.25g W tym cukry: 48.18g Bł:31,23g Sól:6.21g
12.03 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:1891.19kcal 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	
12.03 Czwartek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot 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	
12.03 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana	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

				30g Sałata80g Herbata250ml	
12.03 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Połędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,M LE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Połędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	
12.03 Czwartek Dieta podstawowa (P01) 1-3 lat	Ryż na mleku150ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony50g Marchewka talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem150ml GLU PSZ, SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym50g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem100g Ziemniaki100g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki50g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1030.12kcal B:27.3g T:44.15g Kw.tł.nas.: 11.11g W:149.16g W tym cukry: 31.18g Bł:11,02g Sól:3.5g	
12.03 Czwartek Dieta podstawowa (P01) 4-9 lat	Ryż na mleku200ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło10g (MLE) Dżem niskosłodzony60g Marchew talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem200ml GLU PSZ, SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem100g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki50g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1428.37kcal B:35.35g T:53.11g Kw.tł.nas.: 11.1g W:187.13g W tym cukry: 35.17g Bł:15,13g Sól:3.7g	

<p>12.03 Czwartek Dieta podstawowa (P01) 10-18lat</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Dżem niskosłodzony50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem400ml GLU PSZ, SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki150g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2011.6kcal B:75.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:276.1g W tym cukry: 42.9g Bł:24,5g Sól:4.8g</p>	
<p>13.03 Piątek Dieta podstawowa (D01)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Mizéria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2232.15kcal B:96.90g T:74.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:303.10g W tym cukry: 48.18g Bł:28,19g Sól:6.22g</p>	
<p>13.03 Piątek Dieta łatwostrawna (D02)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g</p>	

<p>13.03 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)</p>	<p>Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g</p>	
<p>13.03 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (D13)</p>	<p>Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Wafle ryżowe 20g</p>
<p>13.03 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Zupa grysikowa z kaszą pęczak400ml (GLU PSZ SEL,MLE,GLU JĘCZ) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Mizeria z cebulką i jogurtem naturalnym200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>E:2291.65kcal B:102.35g T:78.14g Kw.tł.nas.: 19.3g W:242.13g W tym cukry: 43.15g Bł:28,65g Sól:6.8g</p>

<p>13.03 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Grycikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel 200ml Herbata250ml</p>	<p>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>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g</p>
<p>13.03 Piątek Dieta podstawowa (C01)</p>	<p>Makaron na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa grycikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml</p>	<p>E:2298.65kcal B:103.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:263.13g W tym cukry: 48.9g Bł:28,79g Sól:6.89g</p>
<p>13.03 Piątek Dieta płynna (D12)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml</p>	<p>Zupa grycikowa z kaszą manną i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (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>13.03 Piątek</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE)</p>	<p>Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml (SEL,MLE)</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE)</p>	<p>E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g</p>	

Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Polędwica sopocka 50g Sałata160g Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	
13.03 Piątek Dieta podstawowa (P01) 1-3 lat	Makaron na mleku150ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło5g (MLE) Szynka drobiowa50g Marchewka talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 150ml GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym50g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana100g Ziemniaki100g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki50g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1010.18kcal B:27.3g T:44.15g Kw.tł.nas.: 11.11g W:146.16g W tym cukry: 31.18g Bł:11,02g Sól:3.5g	
13.03 Czwartek Dieta podstawowa (P01) 4-9 lat	Makaron na mleku200ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło10g (MLE) Szynka drobiowa50g Marchew talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą200ml GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana150g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki50g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1489.37kcal B:27.35g T:44.11g Kw.tł.nas.: 10.1g W:165.13g W tym cukry: 37.17g Bł:15,4g Sól:3.7g	
13.03 Piątek Dieta podstawowa (P01) 10-18lat	Makaron na mleku300ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa	Zupa grysikowa z kaszą kukurdzianą400ml GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor bez skórki 160g	E:2071.4kcal B:73.3g T:60.8g Kw.tł.nas.: 14.2g W:270.1g W tym cukry:	

	50g Sałata20g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	42.9g Bł:23,5g Sól:4.9g	
14.03 Sobota Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2071.6kcal B:80.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.5g W:272.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
14.03 Sobota Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2076.6kcal B:80.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
14.03 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g	E:2076.6kcal B:80.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g	

	Herbata250ml		Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Sól:6.8g	
14.03 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (D13)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki 200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2079.6kcal B:80.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
14.03 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż brązowy z jabłkiem200g/120g (b/c) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z majerankiem 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2376kcal B:97g T:74,7g Kw.tł.nas.:18,1g W:255g W tym cukry: 43,1g Bł:28,1g Sól:6,9g
14.03 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2026.6kcal B:79.3g T:63.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g	

<p>14.03 Sobota Dieta podstawowa (C01)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(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) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>Sól:6.8g Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Polędwica z majerankiem30g Sałata80g 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>
<p>14.03 Sobota Dieta płynna (D12)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>14.03 Sobota Dieta bezglutenowa (D01/GL)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2076.6kcal B:80.3g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,1g Sól:6.5g</p>	

14.03 Sobota Dieta podstawowa (P01) 1-3 lat	Ryż na mleku150ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło5g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Marchewka talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana150ml GLU PSZ, SEL, MLE Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki100g/100g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Krakowska parona50g Pomidor bez skórki50g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1018.16kcal B:26.1g T:42.10g Kw.tł.nas.: 11.11g W:149.16g W tym cukry: 31.18g Bł:11,54g Sól:3.5g	
14.03 Sobota Dieta podstawowa (P01) 4-9 lat	Ryż na mleku200ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło10g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Marchew talarki gotowane50g Sałata 20g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana200ml GLU PSZ, SEL, MLE Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki150g/100g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Krakowska parzona50g Pomidor bez skórki50g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1449.37kcal B:27.g T:44.11g Kw.tł.nas.: 10.1g W:167.13g W tym cukry: 37.19g Bł:15,8g Sól:3.7g	
14.03 Sobota Dieta podstawowa (P01) 10-18lat	Makaron na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Sałata30g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml GLU PSZ, SEL, MLE Ryż zapiekany z jabłkiem200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2031.4kcal B:74.3g T:60.9g Kw.tł.nas.: 14.2g W:270.1g W tym cukry: 42.9g Bł:23,5g Sól:4.9g	
15.03 Niedziela Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE)	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g	Pieczywo pszenno- razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g	E:2110.13kcal B:92.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g	

	Ser żółty50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
15.03 Niedziela Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Kromka chleba Graham 30g (GLU PSZ) Jajko na miękko (JAJ)
15.03 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
15.03 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE)	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g	

substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (D13)	Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Herbata250ml	W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
15.03 Niedziela Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata 250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata 250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka drobiowa30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	E:2286.86kcal B:96.23g T:81.12g Kw.tł.nas.: 17.12g W:249.11g W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g
15.03 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane Lekki sos80(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g 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	
15.03 Niedziela Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE)	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE)	Pieczywo pszenno-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g	E:2286.86kcal B:96.23g T:81.12g Kw.tł.nas.: 17.12g W:249.11g

	<p>Polędwica dębowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Szynka drobiowa30g Ogórek80g Herbata250ml</p>	<p>W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g</p>
<p>15.03 Niedziela Dieta płynna (D12)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne rozmaczone w mleku z dodatkiem piersi gotowanej i warzyw bez skóry300ml(GLU PSZ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Rosół jarski makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) (postać płynna) Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Kasza manna zmiksowana z zacierką jarzynową i jajkiem na miekkko300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>15.03 Niedziela Dieta bezglutenowa (D01/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Rosół z makaronem bezglutenowym400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielooowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>15.03 Niedziela Dieta podstawowa (P01) 1-3 lat</p>	<p>Manna na mleku150ml(MLE, GLU PSZ)</p>	<p>Zupa rosół z makaronem150ml GLU PSZ, SEL, MLE) Udko gotowane</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Pierś gotowana50g</p>	<p>E:1009.16kcal B:25.1g T:43.10g Kw.tł.nas.: 11.1g</p>	

	Pieczyno pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło5g (MLE) Kurczak w galarecie50g Marchewka talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym50g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane100g Ziemniaki100g Herbata250ml	Pomidor bez skórki50g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	W:139.16g W tym cukry: 30.18g Bł:12,54g Sól:3.8g	
15.03 Niedziela Dieta podstawowa (P01) 4-9 lat	Manna na mleku200ml(MLE, GLU PSZ) Pieczyno pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło10g (MLE) Kurczak w galarecie50g Marchew talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Zupa rosół z makaronem200ml GLU PSZ, SEL, MLE) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane150g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczyno pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki50g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1439.37kcal B:26.g T:45.11g Kw.tł.nas.: 10.1g W:162.13g W tym cukry: 37.19g Bł:15,8g Sól:3.7g	
15.03 Niedziela Dieta podstawowa (P01) 10-18lat	Manna na mleku300ml(MLE, GLU PSZ) Pieczyno pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata30g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczyno pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Sałata30g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	E:2110.13kcal B:92.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 46.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
16.03 Poniedziałek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczyno pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem120g	Pieczyno pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB)	E:2167.14kcal B:101.42g T:.80,7g Kw.tł.nas.: 18.9g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczerek Jogurt naturalny120g

	Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	(GLU PSZ, MLE, JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,23g Sól:6.21g	(MLE) Jabłko 150g
16.03 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	E:2017.44kcal B:102.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	
16.03 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	E:2014.14kcal B:102.42g T:.65,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
16.03 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (D13)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	E:2014.74kcal B:102.42g T:.65,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:30,23g Sól:6.21g	

<p>16.03 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Makaron razowy z białym serem i jabłkiem200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Polędwica wiśniow30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>E:2297.02kcal B:119.08g T:74.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:248.76g W tym cukry: 46.11g Bł:27,12g Sól:6.23g</p>
<p>16.03 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kasza manna z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry250g/100g(GLU PSZ) Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>E:2077.74kcal B:97.42g T:71,7g Kw.tł.nas.: 15g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:26,23g Sól:6.21g</p>	
<p>16.03 Poniedziałek Dieta podstawowa (C01)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem 200g/60g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Polędwica wiśniowa30g Sałata80g Herbata250 ml</p>	<p>E:2285.29kcal B:98.12g T:75.10g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,29g Sól:6.55g</p>
<p>16.03 Poniedziałek</p>	<p>Kleik ryżowy300ml</p>	<p>Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i z dodatkiem</p>	<p>Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw</p>	<p>E:1812kcal B:61g</p>	

Dieta płynna (D12)	Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	mięsa drobiowego bez skóry 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot jabłkowy250ml	pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	T:60,1g Kw.tł.nas.:14,1g W:245g W tym cukry: 42,7g Bł:26,1g Sól:5,7g	
16.03 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jaglaną400ml (SEL, MLE) Makaron bezglutenowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/60g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2071.74kcal B:98.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 15.6g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,28g Sól:6.21g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)
16.03 Poniedziałek Dieta podstawowa (P01) 1-3 lat	Ryż na mleku150ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony50g Marchewka talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą manną150ml GLU PSZ, SEL, MLE) Naleśnik z białym serem i tartym jabłkiem80g(GLU PSZ, MLE, JAJ) Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki50g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1014.1kcal B:26.1g T:42.1g Kw.tł.nas.: 11.1g W:140.16g W tym cukry: 30.10g Bł:11,54g Sól:3.8g	
16.03 Poniedziałek Dieta podstawowa (P01) 4-9 lat	Ryż na mleku200ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Dżem niskosłodzony50g Marchew talarki gotowane50g	Zupa krupnik z kaszą manną 200ml GLU PSZ, SEL, MLE) Naleśniki z białym serem i tartym jabłkiem120g(GLU PSZ, MLE, JAJ) Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki50g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:1419.30kcal B:28.g T:46.11g Kw.tł.nas.: 12.1g W:167.13g W tym cukry:	

	Banan150g Herbata250ml		Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	37.19g Bł:15,7g Sól:3.9g	
16.03 Poniedziałek Dieta podstawowa (P01) 10-18lat	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Dżem niskosłodzony 60g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,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) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	E:2110.13kcal B:92.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 46.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
17.03 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Ogórek80g Rzodkiewka80g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Kotlet mielony smażony90g(GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2115.98kcal B:97.16g T:73.16g Kw.tł.nas.: 18.09g W:279.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,17g Sól:6.4g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)
17.03 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ)	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g	E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g	

	Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g	
17.03 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g	
17.05 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (D13)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Herbata250ml	E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g	
17.03 Wtorek	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW)	Pomidorowa z ryżem brązowym400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek	E:2212kcal B:99,4g T:65,7g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	Kw.tł.nas.:17,2g W:278g W tym cukry: 42,2g Bł:28,5g Sól:6,8g
17.03 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kasza manna300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (SEL,MLE,GLU PSZ) Filet drobiowy gotowany w lekkim w sosie 90g/80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
17.03 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g Pomidor 80g Herbata250ml	E:2211kcal B:97,4g T:62,7g Kw.tł.nas.:16,8g W:275g W tym cukry: 43,9g Bł:28,2 Sól:6,8g
17.03 Wtorek Dieta płynna	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna)	Pomidorowa z ryżem i z dodatkiem mięsa	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi	E:1781.12kcal B:71.05g T:74.78g	

(D12)	Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot wielowocowy250ml	warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 18.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g Sól:6.01g	
17.03 Wtorek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Herbata250ml	E:2012.91kcal B:95g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
17.03 Wtorek Dieta podstawowa (P01) 1-3 lat	Płatki owsiane na mleku150ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło5g (MLE)Polędwica drobiowa50g Marchewka talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem150ml GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym50g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana100g Ziemniaki100g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Szynka gotowana50g Pomidor bez skórki50g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1011.1kcal B:25.9g T:43.18g Kw.tł.nas.: 10.8g W:142.16g W tym cukry: 31.10g Bł:11,54g Sól:3.8g	
17.03 Wtorek Dieta podstawowa (P01) 4-9 lat	Płatki owsiane na mleku200ml(MLE,GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło10g (MLE) Polędwica drobiowa50g	Zupa pomidorowa z ryżem200ml GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ,JAJ)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Szynka gotowana50g Pomidor bez skórki50g	E:1432.30kcal B:28.g T:45.11g Kw.tł.nas.: 12.1g W:167.13g	

	Marchew talarki gotowane50g Banan150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym50g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana150g Ziemniaki150g Herbata250ml	Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	W tym cukry: 33.19g Bł:17,7g Sól:3.9g	
17.03 Wtorek Dieta podstawowa (P01) 10-18lat	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Ogórek80g Rzodkiewka80g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Herbata250ml	E:2115.98kcal B:97.16g T:73.16g Kw.tł.nas.: 18.09g W:279.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,17g Sól:6.4g	
18.03 Środa Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa fasolowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane cebulką z olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:28,7g Sól:6.8g	
18.03 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE)	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry:	

		Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml	50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
18.03 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g (MLE) Herbata250ml	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
18.03 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (D13)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:291.1g W tym cukry: 50.3g Bł:25,2g Sól:6.8g	
18.03 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaja50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa koperkowa z razowym makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z mąki pełnoziarnistej z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie30g Sałata80g Herbata250 ml	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

				(b/c)	
18.03 Środa Dieta eliminacyjna (D13) (biegunkowa)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów 50g Kisiel 200ml Banan 150g Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi z serem i ziemniakami 6 sztuk (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana 200g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Suchary 30g (GLU PSZ) Budyń 200ml Herbata 250ml	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	
18.03 Środa Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku 300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Pasta z jaja 50g (JAJ) Sałata 160g Jabłko 150g Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka 200g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie 30g Sałata 80g Herbata 250ml	E: 2316kcal B: 101.35g T: 72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W: 263.13g W tym cukry: 42.11g Bł: 28,19g Sól: 6.5g
18.03 Środa Dieta płynna (D12)	Manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml (postać płynna) Kisiel 200ml Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy 250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml (GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml (MLE) Herbata 250ml	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	

18.03 Środa Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,M LE) Schab gotowany90g Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2256kcal B:102.1g T:69.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:261.1g W tym cukry: 48.3g Bł:25,1g Sól:6.8g	
18.03 Środa Dieta podstawowa (P01) 1-3 lat	Ryż na mleku150ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło5g (MLE) Filet z indyka50g Marchewka talarki gotowane50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem150ml GLU PSZ, SEL, MLE) Kopytka polane masłem 6 sztuk(GLU PSZ, MLE, JAJ) Marchew gotowana100g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki50g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1061.1kcal B:24.9g T:41.18g Kw.tł.nas.: 10.8g W:154.16g W tym cukry: 33.10g Bł:11,59g Sól:3.8g	
18.03 Środa Dieta podstawowa (P01) 4-9 lat	Ryż na mleku200ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło10g (MLE) Filet z indyka50g Marchew talarki gotowane50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem200ml GLU PSZ, SEL, MLE) Kopytka polane masłem 8 sztuk(GLU PSZ, MLE, JAJ) Marchew gotowana100g Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki50g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1432.30kcal B:28.g T:45.11g Kw.tł.nas.: 12.1g W:167.13g W tym cukry: 33.19g Bł:17,7g Sól:3.9g	
18.03 Środa Dieta podstawowa (P01) 10-18lat	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g	Zupa fasolowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk,	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g	

	Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	polane cebulką z olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 50.7g Bł:28,7g Sól:6.8g	
19.03 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kotlet schabowy smażony90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2219.12kcal B:96.19g T:74.15g Kw.tł.nas.: 18.58g W:300.7g W tym cukry: 48.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	
19.03 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	

<p>19.03 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)</p>	<p>Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</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>19.03 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (D13)</p>	<p>Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g 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>19.03 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Polędwica z indyka 30g Pomidor80g 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>19.03 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>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>	
<p>19.03 Czwartek Dieta płynna (D12)</p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml</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>19.03 Czwartek Dieta podstawowa (C01)</p>	<p>Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica sopočka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Polędwica z indyka 30g Pomidor 80g Herbata250ml</p>	<p>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</p>
<p>19.03 Czwartek Dieta bezglutenowa</p>	<p>Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopočka50g</p>	<p>Zogórkowa z ziemniakami400ml(SEL, MLE) Schab gotowany90g</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE)</p>	<p>E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.:</p>	

(D01/GL)	Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza jaglana150g Kompot wieloowocowy250ml	Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	
19.03 Czwartek Dieta podstawowa (P01) 1-3 lat	Manna na mleku150ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło5g (MLE) Polędwica sopocka50g Marchewka talarki gotowane50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana150ml GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową100g/60g(MLE) Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło5g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki50g Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1021.1kcal B:25.9g T:39.18g Kw.tł.nas.: 10.8g W:142.16g W tym cukry: 30.10g Bł:10,59g Sól:3.8g	
19.03 Czwartek Dieta podstawowa (P01) 4-9 lat	Manna na mleku200ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło10g (MLE) Polędwica sopocka50g Marchew talarki gotowane50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana200ml GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową150g/90g(MLE) Herbata250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki50g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml PODWIECZOREK Kisiel200ml bez cukru	E:1412.30kcal B:28g T:44.11g Kw.tł.nas.: 12.1g W:167.13g W tym cukry: 33.19g Bł:17,7g Sól:3.9g	

<p>19.03 Czwartek Dieta podstawowa (P01) 10-18lat</p>	<p>Manna na mleku300ml (MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana400ml GLU PSZ, SEL, MLE) Ryz na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2266kcal B:76.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 16.1g W:295.1g W tym cukry: 50.7g Bł:27,7g Sól:6.7g</p>	
--	--	---	--	--	--