

Jadłospis od dnia 20.03.2026r. do dnia 29.03.2026r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
20.03 Piątek Dieta podstawowa (D01)	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Jabłko 150g Herbata 250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml (GLU PSZ, GLU SEL, MLE) Ryba smażona 90g (GLU PSZ, RYB, JAJ) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml	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	
20.03 Piątek Dieta łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Jabłko bez skórki 150g Herbata 250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany 90g (GLU PSZ, RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor bez skórki 160g Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml	E: 2054.15kcal 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	
20.03 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml (GLU PSZ SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany 90g (GLU PSZ, RYB)	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g	E: 2054.15kcal B: 97.90g T: 71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g	

(D05)	Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	
20.03 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa grysikowa z kaszą jęczmienną400ml (GLU PSZ ,GLU JĘCZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kiszanej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2291.65kcal B:102.35g T:78.14g Kw.tł.nas.: 19.3g W:242.13g W tym cukry: 43.15g Bł:28,65g Sól:6.8g
20.03 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Lekki sos80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	
20.03 Piątek Dieta podstawowa (C01)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE)	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(GLU PSZ,RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor160g	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	E:2298.65kcal B:103.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:263.13g W tym cukry:

	Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Jabłko 150g Herbata 250ml	Marchew gotowana 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy 250ml	Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml	Masło 10g (MLE) Twarożek 30g (MLE) Sałata 80g Herbata 250ml	48.9g Bł: 28,79g Sól: 6.89g
20.03 Piątek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Ryz biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml (postać płynna) Budyń 200ml (MLE) Herbata 250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Kompot jabłkowy 250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml (postać płynna) Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml	E: 1811.87kcal B: 80.90g T: 67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g W: 256.11g W tym cukry: 45.19g Bł: 25,07g Sól: 6.1g	
20.03 Piątek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo bezglutenowe 80g Masło 15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Jabłko 150g Herbata 250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml (SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany 90g (RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (MLE) Marchew gotowana 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło 15g (MLE) Połędwica wiśniowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml	E: 2061.10kcal B: 97.00g T: 70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W: 281.11g W tym cukry: 47.18g Bł: 26,02g Sól: 6.2g	
20.03 Piątek Dieta łatwostrawna (P02)	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Banan 150g	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml (GLU PSZ SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany 90g (GLU PSZ, RYB) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Połędwica wiśniowa 50g Pomidor bez skórki 160g Jogurt naturalny 120g (MLE)	E: 2159.1kcal B: 97.90g T: 72.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W: 289.11g W tym cukry: 46.15g Bł: 28.07g Sól: 6.2g	

	Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml		Herbata250ml		
21.03 Sobota Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami(GLU PSZ,SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2110.13kcal B:92.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
21.03 Sobota Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g 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	
21.03 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE)	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:267.12g W tym cukry:	

	Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml		Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
21.03 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Makaron razowy na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa kapuśniak z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż brązowy na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g(MLE)(b/c) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2281.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g
21.03 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki200g/120g 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	
21.03 Sobota Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Banan150g	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE)	E:2271.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:285.12g W tym cukry: 46.10g Bł:28,19g Sól:6.2g

	Herbata250ml		Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Pierś gotowana 30g Pomidor80g Herbata250ml	
21.03 Sobota Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml (postać płynna)(MLE ,GLU PSZ) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmikrowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmikrowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
21.03 Sobota Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami 400ml(SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata 160g Herbata250ml	E:2056.6kcal B:91.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 18,4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.8g	
21.03 Sobota Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie	Zupa ziemniaczana 400ml(SEL, MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową 200g/150g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Herbata250ml	E:2111.20kcal B:91.12g T:65.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	

	Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Polędwica z indyka30g Sałata15g Herbata250ml				
22.03 Niedziela Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko pieczone Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny 120g(MLE) Herbata250ml	E:2143kcal B:103g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:302g W tym cukry:48g Bł:27,8g Sól:7,6g	
22.03 Niedziela Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny 120g(MLE) Herbata250ml	E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	
22.03 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g	E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g	

	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny 120g(MLE) Herbata250ml	Sól:7,6g	
22.03 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g 200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny 120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Polędwica z indyka30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2283kcal B:104g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:256g W tym cukry:42g Bł:27,8g Sól:7,1g
22.03 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z kaszą manną400ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane Sos pieczeniowy80(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021kcal B:94g T:65,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:288g W tym cukry:49g Bł:26,8g Sól:7,6g	
22.03 Niedziela Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny 120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno- żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Polędwica z indyka30g Sałata80g	E:2281kcal B:102g T:65,6g Kw.tł.nas.:16g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g

<p>22.03 Niedziela Dieta płynna (D12)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml</p>	<p>Rosół jarski z makaronem z dodatkiem mięsa drobiowego400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml</p>	<p>Herbata250ml E:1876kcal B:86,4g T:58,7g Kw.tł.nas.:14,2g W:258g W tym cukry: 42,2g Bł:25,5g Sól:5,8g</p>	
<p>22.03 Niedziela Dieta bezglutenowa (D01/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g(MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL) Udko pieczone Surówka białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny 120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2041kcal B:99g T:73,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g</p>	
<p>22.03 Niedziela Dieta łatwostrawna (P02)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g(GLU PSZ) Masło5g(MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml</p>	<p>Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny 120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2141kcal B:99g T:63,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g</p>	

<p>23.03 Poniedziałek Dieta podstawowa (D01)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2221.19kcal B:95.90g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:304.10g W tym cukry: 47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g</p>	
<p>23.03 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (D02)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2164.15kcal B:101.90g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 47.11g Bł:28.07g Sól:6.2g</p>	
<p>23.03 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2011.12kcal B:103.10g T:62.15g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 49.18g Bł:27.07g Sól:6.2g</p>	

<p>23.03 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)</p>	<p>Patki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron razowy200g(GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona 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) Serek wiejski 200g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>E:2261.19kcal B:102.90g T:73.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:287.11g W tym cukry: 45.18g Bł:29,17g Sól:6.32g</p>
<p>23.03 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml (GLU PSZ ,MLE) Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki200g/120g(GLU PSZ, MLE, JAJ) Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Połędwica 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>23.03 Poniedziałek Dieta podstawowa (C01)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot Wielooowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Serek wiejski 200g(MLE) Pomidor 80g Herbata250ml</p>	<p>E:2321.17kcal B:103.23g T:75.18g Kw.tł.nas.: 19.92g W:311.10g W tym cukry: 50.19g Bł:29,17g Sól:6.43g</p>

<p>23.03 Poniedziałek Dieta płynna (D12)</p>	<p>Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka ma miękko (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Herbata250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Puree z ziemniaków, marchewki i dodatkiem drobiu bez skóry300ml Kisiel200ml 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>23.03 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (D01/GL)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe 80gMasło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml (SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron bezglutenowy200g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g</p>	
<p>23.03 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (P02)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g(GLU PSZ) Masło5g(MLE) Połędwica z indyka30g Sałata 15g</p>	<p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g</p>	

	Herbata250ml				
24.03 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2152.17kcal B:96.35g T:74.88g Kw.tł.nas.: 19.42g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.7g	
24.03 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2050.12kcal B:97.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
24.03 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2050.12kcal B:97.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	

<p>24.03 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem brązowym400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Połędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Szynka Konserwowa 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>E:2279.87kcal B:105.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.45g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g</p>
<p>24.03 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary pszenne30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>E:2001.68kcal B:94.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.49g W:289.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,23g Sól:6.01g</p>	
<p>24.03 Wtorek Dieta podstawowa (C01)</p>	<p>Manna na mleku mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Połędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Szynka konserwowa 30g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>E:22536.87kcal B:102.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.15g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g</p>

<p>24.03 Wtorek Dieta płynna (D12)</p>	<p>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</p>	<p>Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Ryż gotowany na mleku zmiksowany z bananem300ml(MLE) Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:1874.22kcal B:85.35g T:68.18g Kw.tł.nas.: 17.42g W:299.13g W tym cukry: 45.98g Bł:25,21g Sól:5.22g</p>	
<p>24.03 Wtorek Dieta bezglutenowa (D01/GL)</p>	<p>Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem400ml(SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2059.97kcal B:101.35g T:72.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:25,13g Sól:6.7g</p>	
<p>24.03 Wtorek Dieta łatwostrawna (P02)</p>	<p>Manna na mleku mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie</p>	<p>Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Naleśniki z musem bananowym i białym serem, 2 sztuki(GLU PSZ, MLE, JAJ) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2050.12kcal B:97.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g</p>	

	Pieczyno pszenne30g(GLU PSZ)Masło 5g(MLE) Pierś gotowana30g Pomidor bez skórki30g Herbata250ml				
25.03 Środa Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczyno pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa grochowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka,10 sztuk(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczyno pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2266kcal B:70.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 50.9g Bł:28,7g Sól:6.8g	
25.03 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka,10 sztuk(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2266kcal B:70.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	
25.03 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka,10 sztuk(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g	Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Sałata160g	E:2266kcal B:70.3g T:76.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g	

	Banan150g Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Bł:25,7g Sól:6.8g	
25.03 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa grochowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka z mąki razowej,10 sztuk(GLU PSZ,GLU ŻYT,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Połędwica dębowa 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2389kcal B:80.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:280.1g W tym cukry: 46.9g Bł:28,7g Sól:6.9g
25.03 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk ,polane masłem(GLU PSZ,MLE ,JAJ) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Połędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Suchary30g (GLU PSZ) Budyń200ml Herbata250ml	E:2073.55kcal B:70.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.45g W:273.13g W tym cukry: 46.91g Bł:26,79g Sól:6.89g	
25.03 Środa Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Połędwica dębowa30g Pomidor80g	E:2349kcal B:80.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:290.1g W tym cukry: 47.9g Bł:28,7g Sól:6.9g

				Herbata250ml	
25.03 Środa Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml (MLE)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1886.87kcal B:69.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:253.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.01g	
25.03 Środa Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Sałata160g Herbata250ml	E:2053.22kcal B:71.31g T:69.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:263.13g W tym cukry: 47.91g Bł:27,79g Sól:6.29g	
25.03 Środa Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g(GLU PSZ)Masło 5g (MLE)	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Herbata250ml	E:2266kcal B:70.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	

	Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml				
26.03 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2125.29kcal B:98.12g T:73.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:28,29g Sól:6.45g	
26.03 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Buraczki gotowane200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa 80g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
26.03 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Buraczki gotowane200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa 80g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	

<p>26.03 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z brązowym ryżem ,mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa 80g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>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</p>
<p>26.03 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel 200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>26.03 Czwartek Dieta podstawowa (C01)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Buraczki gotowane200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa 80g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g 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>26.03 Czwartek Dieta płynna (D12)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Twaróg zmixowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Jogurt naturalny zmixowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:1781.12kcal B:71.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g Sól:6.01g</p>	
<p>26.03 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)</p>	<p>Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Buraczki gotowane200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Galareta drobiowa 80g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>26.03 Czwartek Dieta łatwostrawna (P02)</p>	<p>Makaron na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło 5g (MLE) Polędwica sopocka30g Pomidor bez skórki 30g Herbata250ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g (MLE) Buraczki gotowane200g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twrożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g</p>	

27.03 Piątek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku400ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo- jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2178.6kcal B:104.3g T:76,8g Kw.tł.nas.: 19.9g W:275.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g Sól:6.9g	
27.03 Piątek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku400ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
27.03 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku400ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
27.03 Piątek	Płatki owsiane na mleku400ml (MLE,GLU OW)	Grycikowa z kaszą jaglaną400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek	E:2276.65kcal B:112.35g T:78.18g

<p>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Sos chrzanowo-jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Mizéria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>Kw.tł.nas.: 19.15g W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g</p>
<p>27.03 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>Grycikowa z kaszą manną 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy , gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml</p>	<p>E:2011.5kcal B:101.35g T:72.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:253.13g W tym cukry: 42.11g Bł:25,79g Sól:6.6g</p>	
<p>27.03 Piątek Dieta podstawowa (C01)</p>	<p>Ryż na mleku400ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Grycikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek 50g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml</p>	<p>E:2246.2kcal B:108.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: 18.15g W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g</p>

<p>27.03 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>Grycikowa z kaszą manną i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:18176.9kcal B:75.9g T:62.7g Kw.tł.nas.: 16.8g W:239.89g W tym cukry: 40.45g Bł:25.49g Sól:5.22g</p>	
<p>27.03 Piątek Dieta bezglutenowa (D01/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Grycikowa z kaszą jaglaną400ml (SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo- jogurtowy80g(MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>E:2141.6kcal B:107.3g T:72,8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g</p>	
<p>27.03 Piątek Dieta łatwostrawna (P02)</p>	<p>Ryż na mleku400ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ,) Masło 5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml</p>	<p>Grycikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Herabat250ml</p>	<p>E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g</p>	

<p>28.03 Sobota Dieta podstawowa (D01)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne,zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>E:2167.14kcal B:101.42g T:.80,7g Kw.tł.nas.: 18.9g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,23g Sól:6.21g</p>	
<p>28.03 Sobota Dieta łatwostrawna (D02)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>28.03 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>Zupa ryżowa 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>28.03 Sobota Dieta z ograniczeniem</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE)</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ryżem brązowym400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham</p>	<p>E:2297.02kcal B:119.08g T:74.14g Kw.tł.nas.:</p>

łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Rolada drobiowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Polędwica z indyka30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	19.09g W:248.76g W tym cukry: 46.11g Bł:27,12g Sól:6.23g
28.03 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kasza manna z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry250g/100g(GLU PSZ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Kisiel200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2077.74kcal B:97.42g T:71,7g Kw.tł.nas.: 15g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:26,23g Sól:6.21g	
28.03 Sobota Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Polędwica z indyka30g Sałata80g Herbata250ml	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
28.03 Sobota Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1812kcal B:61g T:60,1g Kw.tł.nas.:14,1g W:245g W tym cukry: 42,7g	

				Bł:26,1g Sól:5,7g	
28.03 Sobota Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml (SEL, MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g 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	
28.03 Sobota Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło 5g (MLE) Szynka drobiowa30g Pomidor bez skórki30g Herbata 250ml	Zupa ryżowa 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2019.44kcal B:102.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 14.13g W:259.25g W tym cukry: 45.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	
29.03 Niedziela Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE)	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Udka pieczone Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g	E:2115.98kcal B:97.16g T:73.16g Kw.tł.nas.: 18.09g W:279.12g W tym cukry:	

	Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	49.11g Bł:28,17g Sól:6.4g	
29.03 Niedziela Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Udko gotowane w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wisniowa50g 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	
29.03 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Udko gotowane w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wisniowa50g 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	
29.03 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Udko gotowane w sosie ,zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona	E:2212kcal B:99,4g T:65,7g Kw.tł.nas.:17,2g W:278g W tym cukry: 42,2g Bł:28,5g Sól:6,8g

		Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)		30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
29.03 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kasza manna300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (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) Połudwica 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	
29.03 Niedziela Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Połudwica sopocka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Udka gotowane w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Połudwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZE, MLE) Jabłko150g Kisiel200ml 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
29.03 Niedziela Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:1781.12kcal B:71.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g Sól:6.01g	

<p>29.03 Niedziela Dieta bezglutenowa (D01/GL)</p>	<p>Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>Rosół z makaronem bezglutenowym400ml (SEL, MLE) Udko pieczone Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>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</p>	
<p>29.03 Niedziela Dieta łatwostrawna (P02)</p>	<p>Manna na mleku300ml(MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g(GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml</p>	<p>Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) Udko gotowane w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wisniowa50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>E:2142.12kcal B:95.12g T:64.1g Kw.tł.nas.: 18.26g W:269.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g</p>	