

Jadłospis od dnia 22.06.2026r. do dnia 01.0.2026r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
22.06 Poniedziałek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem120g (GLU PSZ, MLE, JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	
22.06 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	
22.06 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka grubo rozdrobniona 50g	E:2011.12kcal B:103.10g T:62.15g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry:	

	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml		Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	49.18g Bł:27.07g Sól:6.2g	
22.06 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Patki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa ogórkowa z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron pełnoziarnisty z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g(GLU PSZ, MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Rolada drobiowa30g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	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
22.06 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ ,MLE) Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki200g/60g(GLU PSZ, MLE,JAJ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	
22.06 Poniedziałek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem120g(GLU PSZ, MLE,JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Rolada drobiowa30g Sałata 80g	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

				Herbata250ml	
22.06 Poniedziałek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka ma miękko (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki i dodatkiem drobiu bez skóry300ml Kisiel200ml Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	
22.06 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe 80gMasło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami400ml (SEL,MLE) Makaron bezglutenowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka grubo rozdrobniona 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	
22.06 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE)	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2264.11kcal B:101.90g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:304.11g W tym cukry: 48.11g Bł:27.07g Sól:6.2g	

	Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml				
23.06 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Rzodkiewka80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem i fasolą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
23.06 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
23.06 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	

23.06 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa jarzynowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 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 Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2315kcal B:101g T:76.7g Kw.tł.nas.: 17.5g W:278.9g W tym cukry: 46.4g Bł:28,1g Sól:6.5g
23.06 Wtorek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany ,przetarty z zupą jarzynową i drobiem bez skóry 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Twaróg zmiksowany z mlekiem oraz bananem300ml (MLE) (postać płynna) Kisiel 200ml 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	
23.06 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Szynka drobiowa30g Pomidor80g Herbata250ml	E:2251.17kcal B:101.35g T:70.78g Kw.tł.nas.: 18.4g W:296.1g W tym cukry: 47.18g Bł:29,11g Sól:6.7g

23.06 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kasza manna 300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa jarzynowa z kaszą manna400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml 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	
23.06 Wtorek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g 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	
23.06 Wtorek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Polędwica wiśniowa30g Pomidor bez skórki 30g	Zupa jarzynowa z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2254.12kcal B:102.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:271.12g W tym cukry: 47.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	

	Herbata250ml				
24.06 Środa Dieta podstawowa (D01)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2266kcal B:87.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 50.9g Bł:28,7g Sól:6.8g	
24.06 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2266kcal B:87.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	
24.06 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona50g	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g	E:2266kcal B:87.3g T:76.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g	

	Salata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml		Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Sól:6.8g	
24.06 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Salata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa grysikowa z kaszą pęczak400ml(GLU PSZ,MLE,SEL, GLU JĘCZ) Kluski śląskie z mąki pełnoziarnistej 10 sztuk(GLU PSZ,GLU ŻYT ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml(b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica sopocka30g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	E:2389kcal B:90.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:280.1g W tym cukry: 46.9g Bł:28,7g Sól:6.9g
24.06 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Budyń200ml Herbata250ml	E:2073.55kcal B:76.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.45g W:273.13g W tym cukry: 46.91g Bł:26,79g Sól:6.89g	
24.06 Środa Dieta podstawowa (C01)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Salata160g	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Polędwica sopocka30g Sałata80g	E:2349kcal B:91.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:290.1g W tym cukry: 47.9g Bł:28,7g Sól:6.9g

	Jabłko150g Herbata250ml			Herbata250ml	
24.06 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 grysikowa z kaszą kukurydzianą i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksovane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksovany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1886.87kcal B:78.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:253.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.01g	
24.06 Środa Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Sałata 160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2053.22kcal B:87.31g T:69.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:263.13g W tym cukry: 47.91g Bł:27,79g Sól:6.29g	
24.06 Środa Dieta łatwostrawna (P02)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2266kcal B:87.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	

	Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml				
25.06 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Rzodkiewka80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kotlet mielony smażony90g(GLU PSZ, JAJ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2135.22kcal B:97.8g T:74.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:276.3g W tym cukry: 49.11g Bł:28,1g Sól:6.45g	
25.06 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet 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) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2051.2kcal B:96.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:264.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
25.06 Czwartek	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE)	Zupa dyniowa z mkaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE)	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	E:2051.2kcal B:96.08g T:63.1g Kw.tł.nas.:	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	18.12g W:264.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
25.06 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa dyniowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana 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
25.06 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
25.06 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-	E:2352kcal B:97g T:73,7g Kw.tł.nas.:18,2g W:253g

	PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana 30g Pomidor80g Herbata250ml	W tym cukry: 43,5g Bł:28,1g Sól:6,9g
25.06 Czwartek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiękowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmiękowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:1881.82kcal B:81.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g Sól:6.01g	
25.06 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Pulpet gotowany90g(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Herbata250ml	E:2012.91kcal B:92.6g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
25.06 Czwartek Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany90g(GLU PSZ, JAJ)	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g	E:2258.2kcal B:98.13g T:64.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:274.12g	

	Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne 30g (GLU PSZ)Masło5g Rolada drobiowa30g Pomidor bez skórki30g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Herbata250ml	W tym cukry: 47.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
26.06 Piątek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2178.6kcal B:85.3g T:76,8g Kw.tł.nas.: 19.9g W:275.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g Sól:6.9g	
26.06 Piątek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki160g Herbata250ml	Zupa ryżowa 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2071.6kcal B:83.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
26.06 Piątek	Płatki owsiane na mleku400ml	Zupa ryżowa 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g	E:2071.6kcal B:83.9g	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Twarożek50g (MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki160g Herbata250ml	Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	(MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, gruborozdrobniona50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
26.06 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku400ml (MLE,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa pieczarkowa z ryżem brązowym400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Mizeria z cebulką i jogurtem naturalnym80g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, gruborozdrobniona50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Serek wiejski 200g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2276.65kcal B:90.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g
26.06 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kluski leniwe, 10 sztuk (GLU PSZ, MLE, JAJ) Lekki sos80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Naleśniki z musem bananowym, 2 sztuki(GLU PSZ, JAJ,MLE) Kisiel 200ml Suchary30g(GLU PSZ) Herbata250ml	E:2011.5kcal B:77.35g T:72.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:253.13g W tym cukry: 42.11g Bł:25,79g Sól:6.6g	
26.06 Piątek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku400ml (MLE,GLU OW)	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-	E:2246.2kcal B:90.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: 18.15g

	Pieczyno pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Krakowska parzona, wieprzowa, gruborozdrobniona50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Serek wiejski 200g(MLE) Sałata80g Herbata250ml	W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g
26.06 Piątek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Bulion jarski z zacierką i jajkiem400ml (postać płynna)400ml(GLU PSZ,SEL,MLE,JAJ) Kompot jabłkowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze jarskim300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:1846.9kcal B:72.9g T:61.7g Kw.tł.nas.: 16.3g W:229.89g W tym cukry: 40.45g Bł:22.49g Sól:5.22g	
26.06 Piątek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Piecyno bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml (SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Piecyno bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, gruborozdrobniona50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2141.6kcal B:84.3g T:72,8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
26.06 Piątek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW, MLE) Piecyno pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE)	Zupa ryżowa 400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g	Piecyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, gruborozdrobniona50g	E:2071.6kcal B:83.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g	

	Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki160g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
27.06 Sobota Dieta podstawowa (D01)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Barszcz biały z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2167.14kcal B:78.42g T:.80,7g Kw.tł.nas.: 18.9g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,23g Sól:6.21g	
27.06 Sobota Dieta łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Barszcz biały z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2017.44kcal B:78.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	
27.06 Sobota	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE)	Barszcz biały z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	E:2014.14kcal B:78.42g T:.65,7g	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pierś gotowana 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	
27.06 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Barszcz biały z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Polędwica wiśniowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2297.02kcal B:84.08g T:74.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:248.76g W tym cukry: 46.11g Bł:27,12g Sól:6.23g
27.06 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 pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2077.74kcal B:76.42g T:71,7g Kw.tł.nas.: 15g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:26,23g Sól:6.21g	
27.06 Sobota Dieta podstawowa (C01)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g	Zupa barszcz biały z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Sałata160g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g	E:2285.29kcal B:90.12g T:75.10g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 49.11g

	Pomidor160g Banan 150g Herbata250ml		Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Masło 10g(MLE) Polędwica wiśniowa30g Sałata80g Herbata250 ml	Bł:28,29g Sól:6.55g
27.06 Sobota Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiśowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry z dodatkiem jajka400ml(GLU PSZ,SEL, MLE,JAJ) Kompot wieloowocowy250ml	Bulion jarski z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz jajkiem300ml(GLU PSZ, JAJ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1812kcal B:69g T:60,1g Kw.tł.nas.:14,1g W:245g W tym cukry: 42,7g Bł:26,1g Sól:5,7g	
27.06 Sobota Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2071.74kcal B:78.42g T:78,7g Kw.tł.nas.: 15.6g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,28g Sól:6.21g	
27.06 Sobota Dieta łatwostrawna (P02)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie	Barszcz biały z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2217.44kcal B:81.42g T:78,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:262.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	

	Pieczyno pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Kurczak w galarecie30g Pomidor bez skórki30g Herbata250ml				
28.06 Niedziela Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Piecyno pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udło pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Piecyno pszenno- razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2317.86kcal B:94.23g T:82.12g Kw.tł.nas.: 17.39g W:289.11g W tym cukry: 51.12g Bł:27,11g Sól:6.07g	
28.06 Niedziela Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Piecyno pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udło gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Piecyno pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2117.86kcal B:94.23g T:82.12g Kw.tł.nas.: 17.39g W:289.11g W tym cukry: 51.12g Bł:27,11g Sól:6.07g	
28.06 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Piecyno pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udło gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g	Piecyno pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE)	E:2017.86kcal B:94.23g T:82.12g Kw.tł.nas.: 17.39g W:289.11g W tym cukry: 51.12g	

	Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml	Bł:27,11g Sól:6.07g	
28.06 Niedziela Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko150g Herbata 250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym 400ml (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 sopocka50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Polędwica z indyka30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2386.86kcal B:96.23g T:84.12g Kw.tł.nas.: 17.12g W:249.11g W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g
28.06 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z kaszą manną400ml (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:2177.7kcal B:89.4g T:..63,7g Kw.tł.nas.: 17.3g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:25,23g Sól:6.21g	
28.06 Niedziela Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g 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-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica z warzywami30g Sałata80g	E:2389.86kcal B:96.23g T:83.12g Kw.tł.nas.: 17.17g W:249.11g W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g

				Herbata250ml	
28.06 Niedziela Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne rozmaczone w mleku z dodatkiem pierś gotowanej i warzyw bez skóry300ml(GLU PSZ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem z dodatkiem mięsa drobiowego400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Kasza manna zmiksowana z zacierką jarzynową i jajkiem na mięko300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1916kcal B:79,7g T:59,9g Kw.tł.nas.:13,8g W:258g W tym cukry: 43,1g Bł:25,7g Sól:5,8g	
28.06 Niedziela Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL) Udka pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2187.16kcal B:94.23g T:80.17g Kw.tł.nas.: 16.34g W:279.11g W tym cukry: 50.12g Bł:23,11g Sól:6.07g	
28.06 Niedziela Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło 5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udka gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2317.86kcal B:93.23g T:82.12g Kw.tł.nas.: 15.39g W:289.11g W tym cukry: 51.12g Bł:25.11g Sól:6.07g	

29.06 Poniedziałek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami400m(GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Ogórek160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2111.23kcal B:92.12g T:63.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
29.06 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g 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	
29.06 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g 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	
29.06 Poniedziałek	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek	E:2281.23kcal B:94.12g T:65.04g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Risotto z brązowym ryżem z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml(b/c)	(MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	Kw.tł.nas.: 18.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g
29.06 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Schab gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g 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	
29.06 Poniedziałek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml	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

29.06 Poniedziałek Dieta płynna (D12)	Makaron na mleku300ml (postać płynna)(MLE ,GLU PSZ) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
29.06 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(SEL, MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Herbata250ml	E:2056.6kcal B:104.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.8g	
29.06 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Krakowska parzona30g Pomidor bez skórki30g Herbata250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml(SEL, MLE) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Herbata250ml	E:2211.20kcal B:93.12g T:65.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	

30.06 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z makaronemi400ml(GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab smażony90g(GLU PSZ, JAJ,MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2219.12kcal B:96.19g T:74.15g Kw.tł.nas.: 18.58g W:300.7g W tym cukry: 48.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	
30.06 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj 50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z makaronemi400ml(GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	
30.06 Wtorek 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 pomidorowa z makaronemi400ml(GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	
30.06 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab gotowany90g	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g	E:2357.74kcal B:102.12g T:..80,7g Kw.tł.nas.: 16.79g

przyswajalnych węglowodanów (D03)	Pasta z jaj 50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	(MLE) Polędwica z indyka 30g Sałata80g Herbata250ml(b/c)	W:276.25g W tym cukry: 45.89g Bł:30,13g Sól:6.21g
30.06 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa pomidorowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	
30.06 Wtorek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa pomidorowa 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	
30.06 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta z jaj 50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g	Zupa pomidorowa z makaronem400ml(GLU PSZ ,SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE)	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

	Herbata250ml			Polędwica z indyka 30g Sałata 80g Herbata250ml	Sól:6.4g
30.06 Wtorek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj 50g (JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym400ml (SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g 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	
30.06 Wtorek Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj 50g (JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ,) Masło5g (MLE) , Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2280.15kcal B:93.9g T:71.1g Kw.tł.nas.: 16.35g W:292.11g W tym cukry: 48.01g Bł:26.1g Sól:6.2g	
01.07 Środa Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE)	Krupnik z kaszą jęczmienną400ml (GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Pierogi z twarogiem i ziemniakami 6 sztuk, polane	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g (RYB)	E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g	

	Polędwica drobiowa z warzywami50g Salata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	cebulką z olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE,JAJ) Surówka z marchewki z dodatkiem jabłka200g Kompot wieloowocowy250ml	Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
01.07 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Pierogi z twarogiem i ziemniakami 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE,JAJ) Surówka z marchewki z dodatkiem jabłka bez skórki200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:99.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
01.07 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Pierogi z twarogiem i ziemniakami 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE,JAJ) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:99.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
01.07 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Pierogi z twarogiem i ziemniakami z maki pełnoziarnistej 6 sztuk, polane olejem rzepakowym (GLU PSZ,GLU ŻYT ,MLE,JAJ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Salata160g 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	E:2156kcal B:112.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 16.4g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:29,79g Sól:6.5g

		Herbata250ml (b/c)		Herbata250ml (b/c)	
01.07 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Suchary 30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2026.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	
01.07 Środa Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Pierogi z twarogiem i ziemniakami 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE,JAJ) Surówka z marchewki z dodatkiem jabłka200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml	E:2223kcal B:112.35g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g
01.07 Środa Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmocone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 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: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	

01.07 Środa Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jaglaną400ml (MLE,SEL) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Herbata250ml	E:2076.6kcal B:100.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,1g Sól:6.5g	
01.07 Środa Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Polędwica z indyka30g Pomidor bez skórki30g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Pierogi z twarogiem i ziemniakami 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE,JAJ) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożk50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml	E:2279.6kcal B:102.3g T:65.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:278.1g W tym cukry: 47.9g Bł:25,5g Sól:6.8g	