

Jadłospis od dnia 02.07.2026r. do dnia 11.07.2026r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
02.07 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem i fasolą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2156.97kcal B:90.35g T:74.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:24,13g Sól:6.7g	
02.07 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2056.22kcal B:90.35g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:23,13g Sól:6.7g	
02.07 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE)	Zupa wielowarzywna z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana	E:2056.22kcal B:90.35g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g	

(D05)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy250ml	50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:23.13g Sól:6.7g	
02.07 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 rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa wielowarzywna z makaronem razowym400ml(GLU PSZ, GLU SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z warzywami30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2256.87kcal B:92.15g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.45g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:26,4g Sól:6.7g
02.07 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami bez skóry, 180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2001.68kcal B:80.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.49g W:289.13g W tym cukry: 47.98g Bł:21.23g Sól:6.01g	
02.07 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE)	Zupa wielowarzywna z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo	E:22536.87kcal B:93.35g T:74.75g Kw.tł.nas.:

	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Polędwica z warzywami 30g Sałata80g Herbata250ml	19.15g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:26,4g Sól:6.7g
02.07 Czwartek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka na miękko i mięsa drobiowego bez skóry300ml(GLU PSZ, MLE, JAJ)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Ryż gotowany na mleku zmiksowany z bananem300ml(MLE) Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:1874.22kcal B:80.35g T:68.18g Kw.tł.nas.: 17.42g W:299.13g W tym cukry: 45.98g Bł:22,21g Sól:5.22g	
02.07 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem bezglutenowym 400ml(SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2159.97kcal B:90.35g T:72.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:21,13g Sól:6.7g	

02.07 Czwartek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2156.12kcal B:90.35g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 48.98g Bł:23,13g Sól:6.7g	
03.07 Piątek Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka 50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryba smażona90g(RYB, GLU SZ, JAJ) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
03.07 Piątek Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa	E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.:	

	Masło15g (MLE) Polędwica z indyka 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pulpet rybny gotowany90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	
03.07 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	
03.07 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) Polędwica z indyka50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa grysikowa z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ, SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Twarożek30g (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
03.07 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Filet drobiowy gotowany Lekki sos80g(GLU PSZ,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Suchary30g	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g	

	Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	(GLU PSZ) Kisiel 200ml Herbata250ml	W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	
03.07 Piątek Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml	E:2298.65kcal B:103.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:263.13g W tym cukry: 48.9g Bł:28,79g Sól:6.89g
03.07 Piątek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E: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	
03.07 Piątek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g	

		Kompot wieloowocowy250ml		Bł:26,02g Sól:6.2g	
03.07 Piątek Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2254.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:299.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	
04.07 Sobota Dieta podstawowa (D01)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Ogórek80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa grochowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2286kcal B:85.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:28,7g Sól:6.8g	
04.07 Sobota Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE)	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ,MLE,SEL)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	E:2286kcal B:85.1g T:72.8g	

(D02)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
04.07 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ,MLE,SEL) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2286kcal B:85.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
04.07 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ,MLE,SEL) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE)(b/c) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa30g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	E:2326kcal B:89.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,79g Sól:6.5g
04.07 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy 300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ,MLE,SEL) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i 200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie	E:2073.55kcal B:83.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 19.15g	

	Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml		50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	W:253.13g W tym cukry: 46.91g Bł:28,79g Sól:6.89g	
04.07 Sobota Dieta podstawowa (C01)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ,MLE,SEL) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa 30g Sałata80g Herbata250ml	E:2316kcal B:93.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,19g Sól:6.5g
04.07 Sobota Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 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:1876.87kcal B:82.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:251.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.06g	
04.07 Sobota Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g	Zupa ziemniaczana400ml (MLE,SEL) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor 160g	E:2256kcal B:85.1g T:69.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:261.1g	

	Salata160g Jabłko150g Herbata250ml		Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 48.3g Bł:25,1g Sól:6.8g	
04.07 Sobota Dieta łatwostrawna (P02)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z 50g Salata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Polędwica sopocka30g Salata15g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ,MLE,SEL) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2286kcal B:86.4g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
05.07 Niedziela Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2251.17kcal B:82.12g T:71.18g Kw.tł.nas.: 22.1g W:301.13g W tym cukry: 48.18g Bł:27,13g Sól:6.9g	
05.07 Niedziela Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g	E:2089.7kcal B:82.31g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g	

	Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W:299.13g W tym cukry: 46.05g Bł:26,6g Sól:6.9g	
05.07 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2089.7kcal B:82.31g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:299.13g W tym cukry: 46.05g Bł:26,6g Sól:6.9g	
05.07 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka drobiowa 30g Pomidor80g Herbata 250ml(b/c)	E:2283kcal B:86g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:256g W tym cukry:42g Bł:27,8g Sól:7,1g
05.07 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g	Rosół jarski z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL) Udko gotowane Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Kisiel200ml Suchary30g(GLU PSZ)	E:1858.23kcal B:77.81g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.2g W:265.9g	

	Kisiel200ml Herbata250ml	Herbata250ml	Herbata250ml	W tym cukry: 46.1g Bł:26.32g Sól:5.76g	
05.07 Niedziela Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 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) Pierś gotowana 30g Pomidor80g Herbata250ml	E:2261kcal B:86g T:65,8g Kw.tł.nas.:16.5g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g
05.07 Niedziela Dieta płynna (D12)	Ryż na mleku300ml(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:2022kcal B:80.11g T:67.1g Kw.tł.nas.:16,3g W:314.13g W tym cukry:48.98g Bł:25,13g Sól:6.7g	
05.07 Niedziela Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g(MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2251.17kcal B:83.12g T:71.18g Kw.tł.nas.:22.1g W:289.13g W tym cukry:48.1g Bł:27,0g	

				Sól:6.9g	
05.07 Niedziela Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g(GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopočka 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2189.7kcal B:82.31g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:299.13g W tym cukry: 48.05g Bł:26,6g Sól:6.9g	
06.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa 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) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2071.6kcal B:101.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.5g W:272.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
06.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/120g(GLU PSZ, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g	

	Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
06.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(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) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
06.07 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Makaron pełnoziarnisty z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g(GLU PSZ, MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica wisniowa30g 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
06.07 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan250g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel 200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2026.6kcal B:89.3g T:63.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	

06.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JA) Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Polędwica wiśniowa30g Sałata80g Herbata250ml	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
06.07 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiśowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiśowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:1811.6kcal B:72.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:251.1g W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g	
06.07 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JA) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Makaron bezglutenowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/120g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2076.6kcal B:97.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,1g Sól:6.5g	

06.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Szynka drobiowa30g Sałata15g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami400ml(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) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2276.6kcal B:102.3g T:64.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:275.1g W tym cukry: 47.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	
07.07 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet smażony90g(GLU PSZ,JAJ,MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2110.13kcal B:79.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
07.07 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g	E:2011.20kcal B:79.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g	

	Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml		Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Bł:26,4g Sól:6.2g	
07.07 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2011.20kcal B:79.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
07.07 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	E:2281.23kcal B:82.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g
07.07 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Schab gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ, MLE)	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE)	E:2086.6kcal B:72.3g T:60.8g Kw.tł.nas.:	

(D13)	Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Polędwica z indyka50g Kisiel200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	17.4g W:248.1g W tym cukry: 41.9g Bł:25,9g Sól:6.8g	
07.07 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml	E:2271.23kcal B:80.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:285.12g W tym cukry: 46.10g Bł:28,19g Sól:6.2g
07.07 Wtorek 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	Pomidorowa z ryżem i z dodatkiem mięsa drobiowego 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:75.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
07.07 Wtorek	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(SEL, MLE)	Pieczywo bezglutenowe80g	E:2056.6kcal B:78.3g	

Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	T:62.8g Kw.tł.nas.: 18,4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.8g	
07.07 Wtorek Dieta łatwostrawna (P02)	Makaron 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) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Filet gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2241.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:277.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
08.07 Środa Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor160g	E:2266kcal B:82.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 50.9g	

	Ogórek80g Sałata80g Jabłko150g Herbata250ml	Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Bł:28,7g Sól:6.8g	
08.07 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2266kcal B:82.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	
08.07 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2266kcal B:82.3g T:76.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	
08.07 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Kopytka z maki razowej 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor 160g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica	E:2389kcal B:86.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:280.1g W tym cukry: 46.9g Bł:28,7g

		Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	dębowa 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	Sól:6.9g
08.07 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk ,polane masłem(GLU PSZ,MLE ,JAJ) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g (GLU PSZ) Budyń200ml Herbata250ml	E:2073.55kcal B:80.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.45g W:273.13g W tym cukry: 46.91g Bł:26,79g Sól:6.89g	
08.07 Środa Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Polędwica dębowa30g Sałata80g Herbata250ml	E:2349kcal B:86.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:290.1g W tym cukry: 47.9g Bł:28,7g Sól:6.9g
08.07 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 krupnik z kaszą wiejską i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE,GLU JĘCZ) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1886.87kcal B:79.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:253.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.01g	

08.07 Środa Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor bez skórki30g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml (GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,SEL) Kopytka 10 sztuk (GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2399kcal B:85.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:315.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	
08.07 Środa Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata 160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jaglaną400ml (MLE,SEL) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2053.22kcal B:82.31g T:69.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:263.13g W tym cukry: 47.91g Bł:27,79g Sól:6.29g	
09.07 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g (MLE) Rzodkiewka80g	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone180g (MLE, GLU PSZ) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2125.29kcal B:80.12g T:73.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:28,29g	

	Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml		Sól:6.45g	
09.07 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone180g (MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2052.12kcal B:80.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
09.07 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone180g (MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2052.12kcal B:80.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
09.07 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Jabłko 150g Herbata250ml(b/c)	Zupa pieczarkowa z brązowym ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone180g (MLE, GLU PSZ) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Rolada drobiowa30g	E:2219kcal B:82,4g T:60,7g Kw.tł.nas.:16,2g W:278g W tym cukry: 42,2g Bł:28,5g Sól:6,8g

		Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)		Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
09.07 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa na rosole400ml(GLU PSZ, SEL) Kasza manna z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry250g/100g(GLU PSZ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2012.98kcal B:72.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
09.07 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone180g (MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g 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)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Rolada drobiowa30g Pomidor80g Herbata250ml	E:2219kcal B:82,4g T:62,7g Kw.tł.nas.:16,2g W:278g W tym cukry: 43,8g Bł:28,5g Sól:6,8g
09.07 Czwartek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ ,SEL, MLE) (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	

09.07 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem 400ml(SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone180g (MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Herbata250ml	E:2012.91kcal B:79g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
09.07 Czwartek Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g(GLU PSZ) Masło5g (MLE) Pierś gotowana30g Sałata15g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone180g (MLE, GLU PSZ) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Herbata250ml	E:2232.12kcal B:80.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:271.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
10.07 Piątek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku400ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Ogórek80g	Zupa kalafiorowa z makaronem 400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Jajko sadzone (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:2178.6kcal B:86.3g T:76,8g Kw.tł.nas.: 19.9g W:275.1g W tym cukry: 48.9g	

	Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml	Bł:28,7g Sól:6.9g	
10.07 Piątek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku400ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makronem 400ml (GLU PSZ, ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2071.6kcal B:82.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
10.07 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku400ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makronem 400ml (GLU PSZ, ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2071.6kcal B:82.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
10.07 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku400ml (MLE,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa kalafiorowa z makronem razowym 400ml (GLU PSZ, ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Mizeria z cebulką i jogurtem naturalnym200g (MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Serek wiejski 200g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	E:2276.65kcal B:89.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g

10.07 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany 90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Kisiel 200ml Suchary30g(GLU PSZ) Herbata250ml	E:2011.5kcal B:80.35g T:72.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:253.13g W tym cukry: 42.11g Bł:25,79g Sól:6.6g	
10.07 Piątek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku400ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makronem 400ml (GLU PSZ, ,SEL,MLE) Jajko gotowane na parze (JAJ) 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) Kurczak w galarecie50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Serek wiejski 200g(MLE) Sałata80g Herbata250ml	E:2246.2kcal B:86.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: 18.15g W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g
10.07 Piątek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:18176.9kcal B:75.9g T:62.7g Kw.tł.nas.: 16.8g W:239.89g W tym cukry: 40.45g Bł:25.49g Sól:5.22g	
10.07 Piątek Dieta bezglutenowa	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g	Zupa kalafiorowa z makaronem bezglutenowym400ml (SEL,MLE)	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g	E:2141.6kcal B:82.3g T:72,8g	

(D01/GL)	Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Jajko gotowane na parze (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	(MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
10.07 Piątek Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku400ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g(GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makronem 400ml (GLU PSZ, ,SEL,MLE) Jajko gotowana na parze (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2271.1kcal B:82.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:273.1g W tym cukry: 51.7g Bł:27,1g Sól:6.7g	
11.07 Sobota Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony 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) Polędwica sopočka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2167.14kcal B:82.42g T:80,7g Kw.tł.nas.: 18.9g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,23g Sól:6.21g	

11.07 Sobota Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2017.44kcal B:82.42g T:..78,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	
11.07 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2014.14kcal B:82.42g T:..65,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	
11.07 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Polędwica dębowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2297.02kcal B:86.08g T:74.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:248.76g W tym cukry: 46.11g Bł:27,12g Sól:6.23g
11.07 Sobota Dieta eliminacyjna	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)	Zupa kasza manna na rosole jarskim400ml(GLU PSZ,SEL)	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	E:2077.74kcal B:83.42g T:..71,7g	

(biegunkowa) (D13)	Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Ryż na gęsto z musem jabłkowym200g/120g Herbata250ml	Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 15g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:20,23g Sól:6.21g	
11.07 Sobota Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot wielooowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 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) Polędwica debowia30g Sałata80g Herbata250ml	E:2285.29kcal B:83.12g T:75.10g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,29g Sól:6.55g
11.07 Sobota Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiśowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot wielooowocowy250ml	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	
11.07 Sobota Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Pomidor 160g Banan150g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot wielooowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2071.74kcal B:80.42g T:78,7g Kw.tł.nas.: 15.6g W:299.25g W tym cukry:	

	Herbata250ml			47.18g Bł:22,28g Sól:6.21g	
11.07 Sobota Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Twarożek30g(MLE) Salata15g Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki 200g/120g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Salata160g Herbata250ml	E:2211.44kcal B:83.42g T:78,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:269.25g W tym cukry: 47.18g Bł:23,13g Sól:6.21g	