

Jadłospis od dnia 12.07.2026r. do dnia 21.07.2026r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
12.07 Niedziela Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2251.17kcal B:87.12g T:71.18g Kw.tł.nas.: 22.1g W:301.13g W tym cukry: 48.18g Bł:27,13g Sól:6.9g	
12.07 Niedziela Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2089.7kcal B:87.31g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:299.13g W tym cukry: 46.05g Bł:26,6g Sól:6.9g	
12.07 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:2089.7kcal B:87.31g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:299.13g W tym cukry: 46.05g	

	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml	Bł:26,6g Sól:6.9g	
12.07 Niedziela 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)	Rosół z makaronem razowym 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka konserwowa 30g Ogórek80g Herbata 250ml (b/c)	E:2283kcal B:89g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:256g W tym cukry:42g Bł:27,8g Sól:7,1g
12.07 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL) Udko gotowane Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Kisiel200ml Suchary30g(GLU PSZ) Herbata250ml	E:1858.23kcal B:77.81g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.2g W:265.9g W tym cukry: 46.1g Bł:26.32g Sól:5.76g	
12.07 Niedziela Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Krakowska	E:2261kcal B:87.34g T:65,8g Kw.tł.nas.:16.5g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g

	Herbata250ml			parzona30g Sałata80g Herbata250ml	
12.07 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 z dodatkiem mięsa drobiowego400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	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	
12.07 Niedziela Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g(MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2251.17kcal B:87.12g T:71.18g Kw.tł.nas.: 22.1g W:289.13g W tym cukry: 48.1g Bł:27,0g Sól:6.9g	
12.07 Niedziela Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g(GLU PSZ)	Rosół jarski z makaronem 400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2289.7kcal B:87.31g T:67.1g Kw.tł.nas.: 16.9g W:314.13g W tym cukry: 48.05g Bł:26,6g Sól:6.9g	

	Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml				
13.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku 300ml(MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:80.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.5g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
13.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:80.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:263.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
13.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Makaron200g(GLU PSZ)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g	E:2076.6kcal B:80.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:263.1g W tym cukry: 45.9g	

	Banan150g Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Salata160g Kawa zbozowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Bł:26,5g Sól:6.8g	
13.07 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Makaron razowy200g(GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbozowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	E:2376kcal B:87g T:74,7g Kw.tł.nas.:18,1g W:285g W tym cukry: 43,1g Bł:28,1g Sól:6,9g
13.07 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Banan250g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki/120g(GLU PSZ, MLE,JAJ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Kisiel 200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2026.6kcal B:79.3g T:63.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	
13.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g	Zupa dyniowa ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Makaron200g(GLU PSZ)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ,	E:2352kcal B:86g T:73,7g Kw.tł.nas.:18,2g W:283g W tym cukry: 43,5g Bł:28,1g

	Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Pomidor80g Herbata250ml	Sól:6,9g
13.07 Poniedziałek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksovany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmiksovany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:1811.6kcal B:70.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:251.1g W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g	
13.07 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Makaron bezglutenowy200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2076.6kcal B:80.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,1g Sól:6.5g	
13.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Pomidor bez skórki160g	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Makaron200g(GLU PSZ)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g	E:2296kcal B:83.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g	

	Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Pierś gotowana30g Sałata15g Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Sałata160g Herbata250ml	Bł:26,5g Sól:6.8g	
14.07 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 Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2125.29kcal B:90.12g T:73.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:28,29g Sól:6.45g	
14.07 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2052.12kcal B:90.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	

14.07 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2052.12kcal B:90.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
14.07 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa ogórkowa z brązowym ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Polędwica z indyka30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2315kcal B:83g T:76.7g Kw.tł.nas.: 17.5g W:278.9g W tym cukry: 46.4g Bł:28,1g Sól:6.5g
14.07 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 ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Twaróg zmiksowany z mlekiem oraz bananem300ml (MLE) (postać płynna) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:2012.98kcal B:79.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	

14.07 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) 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, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Polędwica z indyka30g Sałata80g Herbata250ml	E:2251.17kcal B:83.35g T:70.78g Kw.tł.nas.: 18.4g W:296.1g W tym cukry: 47.18g Bł:29,11g Sól:6.7g
14.07 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kasza manna 300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(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: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	
14.07 Wtorek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml(SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(MLE) Marchew gotowana200g Kasza jagłana150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2012.91kcal B:83g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	

14.07 Wtorek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2299.12kcal B:84.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
15.07 Środa Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Rzodkiewka80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa fasolowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)	E:2076.6kcal B:74.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
15.07 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE)	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Sałata160g	E:2076.6kcal B:74.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry:	

	Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
15.07 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:74.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
15.07 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa koperkowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie z mąki pełnoziarnistej 10 sztuk(GLU PSZ,GLU ŻYT ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka z brązowego ryżu z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)(b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	E:2156kcal B:79.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 16.4g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:29,79g Sól:6.5g
15.07 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(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) Polędwica z indyka50g Suchary 30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2026.6kcal B:72.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	

15.07 Środa Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml	E:2223kcal B:76.35g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g
15.07 Środa Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmocone w mleku z południcą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1811.6kcal B:70.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:252.1g W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g	
15.07 Środa Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym400ml (MLE,SEL) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Herbata250ml	E:2076.6kcal B:73.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,1g Sól:6.5g	
15.07 Środa Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki	E:227696kcal B:77.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g	

	Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Szynka drobiowa30g Sałata15g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	120g Sałata160g Herbata250ml	W:283.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
16.07 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manna400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kotlet mielony smażony90g(GLU PSZ, MLE,JAJ) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobniona 50g 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	
16.07 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany(GLU PSZ, MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobniona 50g 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	

16.07 Czwartek 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	Grysikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany(GLU PSZ, MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobiona 50g 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	
16.07 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Grysikowa z kaszą pęczak400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL,MLE) Pulpet gotowany(GLU PSZ, MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml(b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Szynka drobiowa 30g Sałata80g Herbata250ml (b/c)	E:2357.74kcal B:102.12g T:80,7g Kw.tł.nas.: 16.79g W:276.25g W tym cukry: 45.89g Bł:30,13g Sól:6.21g
16.07 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryzowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony, gotowany90g(GLU PSZ,MLE, JAJ) 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: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	

16.07 Czwartek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną 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	
16.07 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manną400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany(GLU PSZ, MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Szynka drobiowa 30g Sałata 80g Herbata250ml	E:2302.11kcal B:102.42g T:80,7g Kw.tł.nas.: 16.13g W:303.25g W tym cukry: 49.11g Bł:30,23g Sól:6.4g
16.07 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(SEL,MLE) Pulpet gotowany(MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobiona 50g 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	

16.07 Czwartek Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą manna400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet gotowany(GLU PSZ, MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka wieprzowa konserwowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2300.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:299.11g W tym cukry: 48.01g Bł:28.1g	
17.07 Piątek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z fasolą i makaronem (GLU PSZ,SEL,MLE) Ryba smażona90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem cebulki i oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2178.6kcal B:83.3g T:76,8g Kw.tł.nas.: 19.9g W:275.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g Sól:6.9g	
17.07 Piątek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	

17.07 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g (RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
17.07 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku400ml (MLE,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa jarzynowa z makaronem razowym400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g (RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (GLU PSZ, MLE) Surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	E:2276.65kcal B:87.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g
17.07 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy , gotowany90g Lekki sos80g (GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2011.5kcal B:79.35g T:72.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:253.13g W tym cukry: 42.11g Bł:25,79g Sól:6.6g	
17.07 Piątek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE)	Zupa jarzynowa z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo	E:2246.2kcal B:86.3g T:78.18g Kw.tł.nas.:

	Pieczyno pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Pulpet rybny gotowany90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Polędwica z indyka50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	pszenno- razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml	18.15g W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g
17.07 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 jarzynowa z makaronem 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: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	
17.07 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczyno bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczyno bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka Sałata160g Herbata250ml	E:2141.6kcal B:86.3g T:72,8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
17.07 Piątek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE)	Zupa jarzynowa z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB, GLU PSZ, JAJ)	Pieczyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Herbata250ml	E:2271.6kcal B:89.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g	

	Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ,) Masło5g (MLE) Pasta twarogowa30g (MLE) Sałata15g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml		W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
18.07 Sobota Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Barszcz biały z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g (MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomido160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2239.19kcal B:95.19g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.58g W:302.10g W tym cukry: 47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	
18.07 Sobota Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g (MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	

18.07 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	
18.07 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Barszcz biały z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż brązowy z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Polędwica z majerankiem 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2377.74kcal B:104.42g T:81,7g Kw.tł.nas.: 16.73g W:299.25g W tym cukry: 48.18g Bł:31,23g Sól:6.21g
18.07 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryzowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Dżem obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(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: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	
18.07 Sobota Dieta płynna	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g	

(D12)	warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	
18.07 Sobota Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Barszcz biały z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Polędwica sopocka 30g Sałata80g Herbata250ml	E:2302.11kcal B:105.42g T:.82,7g Kw.tł.nas.: 16.13g W:306.25g W tym cukry: 49.11g Bł:30,23g Sól:6.4g
18.07 Sobota Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, 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	
18.07 Sobota Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE)	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/150g(MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	E:2269.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.:	

	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	Kompot jabłkowy250ml	Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	16.18g W:312.11g W tym cukry: 48.01g Bł:25.07g Sól:6.2g	
19.07 Niedziela Dieta podstawowa (D01)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Ser żółty50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa rosół z makronem400ml (GLU PSZ,SEL) Udko pieczone Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2110.13kcal B:92.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
19.07 Niedziela Dieta łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa rosół jarski z makronem400ml (GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g 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	

19.07 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa rosół jarski z makronem400ml (GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g 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	
19.07 Niedziela Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa rosół z makronem razowym400ml 400ml(GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	E:2281.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g
19.07 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa rosół jarski z makronem400ml 400ml(GLU PSZ,SEL) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E: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	

19.07 Niedziela Dieta podstawowa (C01)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa rosół z makronem400ml (GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 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) Kurczak w galarecie 30g 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
19.07 Niedziela 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 rosół jarski z makronem i z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksovane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksovany 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	
19.07 Niedziela Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa rosół z makronem bezglutenowym400ml 400ml(SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2056.6kcal B:91.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 18,4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.8g	

19.07 Niedziela Dieta łatwostrawna (P02)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Szynka drobiowa30g Sałata15g Herbata250ml	Zupa rosół jarski z makronem400ml (GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE ,GLU PSZ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2211.20kcal B:94.12g T:64.15g Kw.tł.nas.: 18,09g W:277.12g W tym cukry: 47.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
20.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Ogórek80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU JĘCZ,GLU PSZ,MLE,SEL) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Sos pomidorowy120g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2186kcal B:89.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:28,7g Sól:6.8g	
20.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU JĘCZ,GLU PSZ,MLE,SEL)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB)	E:2186kcal B:89.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g	

	MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Sos pomidorowy120g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
20.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU JĘCZ,GLU PSZ,MLE,SEL) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Sos pomidorowy120g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2186kcal B:89.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
20.07 Poniedziałek 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 krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU JĘCZ,GLU PSZ,MLE,SEL) Risotto z brązowym ryżem ,mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Sos pomidorowy120g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) 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:92.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,79g Sól:6.5g
20.07 Poniedziałek Dieta eliminacyjna	Kleik ryżowy 300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ)	Zupa krupnik z kaszą manną400ml(GLU PSZ,MLE,SEL)	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g	E:2073.55kcal B:86.35g T:72.88g	

(biegunkowa) (D13)	Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Marchew gotowana100g Herbata250ml	(MLE) Polędwica drobiowa 50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 19.15g W:253.13g W tym cukry: 46.91g Bł:28,79g Sól:6.89g	
20.07 Poniedziałek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU JĘCZ,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) Sos pomidorowy120g(GLU PSZ, 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:89.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,19g Sól:6.5g
20.07 Poniedziałek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszą manną i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1876.87kcal B:81.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:251.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.06g	
20.07 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE)	Zupa krupnik z kaszą kukurydzianą400ml(MLE,SEL)	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE)	E:2156kcal B:87.1g T:69.8g Kw.tł.nas.:	

	Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(MLE) Sos pomidorowy120g(MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	18.1g W:261.1g W tym cukry: 48.3g Bł:25,1g Sól:6.8g	
20.07 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU JĘCZ,GLU PSZ,MLE,SEL) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(GLU PSZ, ,MLE) Sos pomidorowy120g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2386kcal B:89.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
21.07 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka80g Sałata80g Banan150g	Zupa pomidorowa z makaronem400ml(GLU PSZ, MLE, SEL) Schab smażony90g(GLU PSZ, JAJ) Surówka z białej kapusty z 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: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	

	Herbata250ml				
21.07 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku400ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
21.07 Wtorek 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 pomidorowa z ryżem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
21.07 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana30g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	E:2281.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g
21.07 Wtorek	Kleik ryżowy300ml	Zupa pomidorowa z makaronem	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ)	E:2086.6kcal B:87.3g	

Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Schab gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ryż gotowany200g Herbata250ml	Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	T:60.8g Kw.tł.nas.: 17.4g W:248.1g W tym cukry: 41.9g Bł:25,9g Sól:6.8g	
21.07 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g 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 Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Pierś gotowana 30g 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
21.07 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	Zupa pomidorowa z makaronem 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:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
21.07 Wtorek Dieta bezglutenowa	Ryż na mleku300ml(MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 400ml(SEL, MLE)	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g	E:2056.6kcal B:104.3g T:62.8g	

(D01/GL)	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g (MLE) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	(MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 19.4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.8g	
21.07 Wtorek 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 pomidorowa z makaronem 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Herbata250ml	E:2231.20kcal B:94.12g T:65.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:277.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	