

Jadłospis od dnia 11.08.2026r. do dnia 20.08.2026r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
11.08 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2156.97kcal B:77..35g T:74.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.7g	
11.08 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2056.22kcal B:77.35g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
11.08 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g	E:2056.22kcal B: 77.35g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry:	

	Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
11.08 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa koperkowa z makaronem razowym 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z warzywami30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2256.87kcal B:87.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.45g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g
11.08 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa z kaszą manną400ml (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:77.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.49g W:289.13g W tym cukry: 47.98g Bł:21,23g Sól:6.01g	
11.08 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona 180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Polędwica z	E:22536.87kcal B:87.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.15g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g

				warzywami 30g Sałata80g Herbata250ml	
11.08 Wtorek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka na miętko i mięsa drobiowego bez skóry300ml(GLU PSZ, MLE, JAJ)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa koperkowa 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	
11.08 Wtorek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym400ml(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:77.35g T:72.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:23,13g Sól:6.7g	
11.08 Wtorek Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Banan150g	Zupa koperkowa z makaronem400ml GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona 180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:2006.22kcal B:77.35g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g	

	Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne 30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Herbata250ml	Herbata250ml	Sól:6.7g	
12.08 Środa Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g 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:79.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
12.08 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot wielowocowy250ml	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:78.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	

12.08 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g 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: 78.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	
12.08 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa ogórkowa z brązowym ryżem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z mąki pełnoziarnistej 10 sztuk(GLU PSZ,GLU ŻYT ,JAJ,MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	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) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2156kcal B:80.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 16.4g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:29,79g Sól:6.5g
12.08 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,JAJ,MLE) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Suchary 30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:1920.6kcal B:72.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:21,5g Sól:6.8g	
12.08 Środa	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE)	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU	Posiłek Dodatkowy	E:2223kcal B:80.35g

Dieta podstawowa (C01)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml	T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g
12.08 Środa Dieta płynna (D13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksovane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksovany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1811.6kcal B:76.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:252.1g W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g	
12.08 Środa Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml (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:74.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,1g Sól:6.5g	
12.08 Środa Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Sałata160g	E:2076.6kcal B:78.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry:	

	Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Polędwica sopocka30g Sałata15g Herbata250ml		Herbata250ml	45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	
13.08 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kotlet mielony smażony90g(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2239.19kcal B:95.19g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.58g W:302.10g W tym cukry: 47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	
13.08 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 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	
13.08 Czwartek	Ryż na mleku300ml (MLE)	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.:	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	16.18g W:300.11g W tym cukry: 47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	
13.08 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa dyniowa z makaronem razowym400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 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
13.08 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy, gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:1891.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	
13.08 Czwartek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ,	Zupa dyniowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g	

	GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml		skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	
13.08 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z wrzypkami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 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
13.08 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza jaglana150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	
13.08 Czwartek Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g	Zupa dyniowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g	E:2011.6kcal B:75.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:276.1g W tym cukry:	

	Salata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herabata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Salata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	42.9g Bł:24,5g Sól:4.8g	
14.08 Piątek Dieta podstawowa (D01)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Salata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryba smażona90g(RYB, JAJ,GLU PSZ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g 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: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	
14.08 Piątek Dieta łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB JAJ, GLU PSZ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Salata160g 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	

14.08 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g (RYB JAJ, GLU PSZ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 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	
14.08 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa grysikowa z kaszą pęczak400ml (GLU PSZ SEL,MLE,GLU JĘCZ) Pulpet rybny gotowany90g (RYB JAJ, GLU PSZ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kiszonej kapusty 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 Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Twarożek 30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2291.65kcal B:102.35g T:78.14g Kw.tł.nas.: 19.3g W:242.13g W tym cukry: 43.15g Bł:28,65g Sól:6.8g
14.08 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manną400ml (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) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:79.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	

14.08 Piątek Dieta podstawowa (C01)	Makaron na mleku300ml (MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB JAJ, GLU PSZ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g 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 Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Twarożek 30g(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
14.08 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 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	
14.08 Piątek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Gryzikowa z kaszą kukurydzianą400ml (SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 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 Bł:26,02g Sól:6.2g	

14.08 Piątek Dieta łatwostrawna (P02)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Pierś gotowana30g Sałata15g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB JAJ, GLU PSZ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2071.4kcal B:73.3g T:60.8g Kw.tł.nas.: 14.2g W:270.1g W tym cukry: 42.9g Bł:23,5g Sól:4.9g	
15.08 Sobota Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ryżem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Schab smażony 90g(GLU PSZ, JAJ) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2071.6kcal B:80.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.5g W:272.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
15.08 Sobota Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)	Zupa szpinakowa z ryżem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	E:2076.6kcal B:80.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g	

	Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g (MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
15.08 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g (MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ryżem400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2076.6kcal B:80.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
15.08 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ GLU OW,MLE) Chleb graham 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g (MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Schab 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) Krakowska wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z majerankiem 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2376kcal B:97g T:74,7g Kw.tł.nas.:18,1g W:255g W tym cukry: 43,1g Bł:28,1g Sól:6,9g

15.08 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2026.6kcal B:79.3g T:63.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	
15.08 Sobota Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g (MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ryżem400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Połędwica z majerankiem 30g 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
15.08 Sobota Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiśowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml (MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa 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	

15.08 Sobota Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ryżem400ml(SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2076.6kcal B:80.3g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,1g Sól:6.5g	
15.08 Sobota Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa szpinakowa z ryżem400ml GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2031.4kcal B:74.3g T:60.9g Kw.tł.nas.: 14.2g W:270.1g W tym cukry: 42.9g Bł:23,5g Sól:4.9g	
16.08 Niedziela Dieta podstawowa	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE)	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko pieczone	Pieczywo pszenno-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE)	E:2110.13kcal B:92.12g T:64.12g Kw.tł.nas.:	

(D01)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
16.08 Niedziela Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
16.08 Niedziela Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
16.08 Niedziela Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g	Rosół z makaronem razowym400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g	E:2286.86kcal B:96.23g T:81.12g Kw.tł.nas.: 17.12g W:249.11g W tym cukry:

(D03)	Pomidor160g Jabłko150g Herbata 250ml (b/c)	Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata 250ml (b/c)	Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	(MLE) Szynka drobiowa30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g
16.08 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane Lekki sos80 (GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2086.6kcal B:87.3g T:60.8g Kw.tł.nas.: 17.4g W:248.1g W tym cukry: 41.9g Bł:25,9g Sól:6.8g	
16.08 Niedziela Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g 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-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Szynka drobiowa30g Ogórek80g Herbata250ml	E:2286.86kcal B:96.23g T:81.12g Kw.tł.nas.: 17.12g W:249.11g W tym cukry: 42.12g Bł:28,11g Sól:6.07g
16.08 Niedziela Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem piersi gotowanej i warzyw bez	Rosół jarski makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego400ml (GLU PSZ,MLE,SEL) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Kasza manna zmiksowana z zacierką jarzynową i jajkiem na miekko300ml (GLU PSZ, JAJ)	E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g	

	skóry300ml(GLU PSZ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml		Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
16.08 Niedziela Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g 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	
16.08 Niedziela Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło 5g (MLE) Twarożek30g(MLE) Sałata15g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Herbata250ml	E:2110.13kcal B:92.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 46.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
17.08 Poniedziałek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE)	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE)	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	E:2167.14kcal B:101.42g T:.80,7g Kw.tł.nas.:	

	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	18.9g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,23g Sól:6.21g	
17.08 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	E:2017.44kcal B:102.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	
17.08 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	E:2014.14kcal B:102.42g T:.65,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	
17.08 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pastą z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE)	E:2297.02kcal B:119.08g T:74.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:248.76g

(D03)	Salata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Herbata250ml (b/c)	50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml (b/c)	Polędwica wiśniow30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	W tym cukry: 46.11g Bł:27,12g Sól:6.23g
17.08 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kasza manna z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry250g/100g(GLU PSZ) Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2077.74kcal B:97.42g T:71,7g Kw.tł.nas.: 15g W:283.25g W tym cukry: 45.18g Bł:26,23g Sól:6.21g	
17.08 Poniedziałek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Polędwica wiśniowa30g Sałata80g Herbata250 ml	E:2285.29kcal B:98.12g T:75.10g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,29g Sól:6.55g
17.08 Poniedziałek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml((GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE)	E:1812kcal B:61g T:60,1g Kw.tł.nas.:14,1g W:245g W tym cukry:	

	Herbata250ml		Herbata250ml	42,7g Bł:26,1g Sól:5,7g	
17.08 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jaglaną400ml (SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2071.74kcal B:98.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 15.6g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,28g Sól:6.21g	
17.08 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	E:2110.13kcal B:92.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 46.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
18.08 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy,smażony90g(GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g	E:2115.98kcal B:97.16g T:73.16g Kw.tł.nas.: 18.09g W:279.12g W tym cukry:	

	Ogórek80g Rzodkiewka80g Banan150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	49.11g Bł:28,17g Sól:6.4g	
18.08 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g	
18.08 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g	
18.08 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Pomidorowa z ryżem brązowym400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90gSos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona 30g Ogórek80g	E:2212kcal B:99,4g T:65,7g Kw.tł.nas.:17,2g W:278g W tym cukry: 42,2g Bł:28,5g Sól:6,8g

				Herbata250ml (b/c)	
18.08 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kasza manna300ml(GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (SEL,MLE,GLU PSZ) Filet drobiowy gotowany w lekkim w sosie 90g/80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary30g (GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2012.98kcal B:93.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
18.08 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g Pomidor 80g Herbata250ml	E:2211kcal B:97,4g T:62,7g Kw.tł.nas.:16,8g W:275g W tym cukry: 43,9g Bł:28,2 Sól:6,8g
18.08 Wtorek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ, MLE) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ ,SEL) (postać płynna) Kompot wielowocowy250ml	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	

18.08 Wtorek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Herbata250ml	E:2012.91kcal B:95g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
18.08 Wtorek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g(GLU PSZ) Masło5g (MLE) Polędwica wiśniowa30g Sałata15g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Herbata250ml	E:2115.98kcal B:97.16g T:73.16g Kw.tł.nas.: 18.09g W:279.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,17g Sól:6.4g	
19.08 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g	

	Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
19.08 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
19.08 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaja50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa kalafiorowa z razowym makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z mąki pełnoziarnistej z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie30g Sałata80g Herbata250 ml (b/c)	E:2326kcal B:102.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,79g Sól:6.5g
19.08 Środa Dieta eliminacyjna (D13) (biegunkowa)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Kisiel200ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi z serem i ziemniakami 6 sztuk(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Suchary30g(GLU PSZ)	E:2073.55kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 19.15g W:253.13g W tym cukry:	

	Banan150g Herbata250ml		Budyń200ml Herbata250ml	46.91g Bł:28,79g Sól:6.89g	
19.08 Środa Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaja50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie30g Sałata80g Herbata250ml	E:2316kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,19g Sól:6.5g
19.08 Środa Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą 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 jabłkowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1876.87kcal B:87.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:251.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.06g	
19.08 Środa Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2256kcal B:102.1g T:69.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:261.1g W tym cukry: 48.3g Bł:25,1g Sól:6.8g	

19.08 Środa 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	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi ruskie z ziemniakami i białym serem 6 sztuk, polane olejem rzepakowym(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:28,7g Sól:6.8g	
20.08 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2219.12kcal B:96.19g T:74.15g Kw.tł.nas.: 18.58g W:300.7g W tym cukry: 48.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	
20.08 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g	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	

			Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)		
20.08 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, MLE,SEL) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	
20.08 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa kapuśniak z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Polędwica z indyka 30g Pomidor80g 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
20.08 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Schab gotowany gotowany90g Lekki sos80g(GLU PSZ) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g 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	

	Herbata250ml			Bł:26,01g Sól:6.2g	
20.08 Czwartek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ , GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	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	
20.08 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT , GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ , GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Polędwica z indyka 30g Pomidor 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
20.08 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami400ml(SEL, MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza jaglana150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 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 Bł:26,02g Sól:6.2g	

20.08 Czwartek Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Szynka drobiowa30g Sałata15g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2266kcal B:76.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 16.1g W:295.1g W tym cukry: 50.7g Bł:27,7g Sól:6.7g	
--	--	--	--	---	--