

Jadłospis od dnia 30.09.2026r. do dnia 09.10.2026r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
30.09 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) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g 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	
30.09 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) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g 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	

30.09 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) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g 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	
30.09 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) Kluski śląskie z mąki pełnoziarnistej 10 sztuk(GLU PSZ,MLE,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) 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) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				

30.09 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) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos80g(GLU PSZ, 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	
30.09 Środa Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko150g Kisiel250ml Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2223kcal B:80.35g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:272.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,79g Sól:6.5g				
30.09 Środa Dieta płynna (D13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmocone w mleku z	Zupa ryżowa 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)	E:1811.6kcal B:76.3g T:57.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:252.1g	

	polędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml		Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 42.2g Bł:24,5g Sól:6.1g	
30.09 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) Galareta drobiowa80g 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	
30.09 Środa Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Polędwica sopocka30g Sałata15g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie 10 sztuk(GLU PSZ,MLE, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Herbata250ml	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	
01.10 Czwartek Dieta podstawowa	Ryż na mleku300ml (MLE)	Zupa wielowarzywna z fasolą i z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU)	E:2239.19kcal B:95.19g T:72.18g	

(D01)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 18.58g W:302.10g W tym cukry: 47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	
01.10 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g 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	
01.10 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g (GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g 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	
01.10 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa wielowarzywna z makaronem razowym400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g	

przyswajalnych węglowodanów (D03)	Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata 160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	naturalnyme,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	(MLE) Pierś gotowana 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
01.10 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa wielowarzywna 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	
01.10 Czwartek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksowane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu bez skóry300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.: 16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g	

				Bł:25,07g Sól:6.1g	
01.10 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z wrzrywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronemi400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g 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	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	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				
01.10 Czwartek Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie	Zupa wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2011.6kcal B:75.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 15.2g W:276.1g W tym cukry: 42.9g Bł:24,5g Sól:4.8g	

	Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herabata250ml				
01.10 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa wielowarzywna z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Leczo mięsno- warzywne, zaprawiane jogurtem naturalnym,duszone180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g 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	
02.10 Piątek Dieta podstawowa (D01)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szyńka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko sadzone (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE, GLU PSZ) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopočka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E: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	

	Herbata250ml				
02.10 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) Jajko gotowane na parze (JAJ) 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	
02.10 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) Jajko gotowane na parze (JAJ) 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	
02.10 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g	Zupa grysikowa z kaszą pęczak400ml (GLU PSZ SEL,MLE,GLU JĘCZ) Jajko gotowane na parze Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Mizeria z cebulką i jogurtem naturalnym200g(MLE) Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Ogórek80g Herbata250ml	

	Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	(b/c)	(b/c)	(b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
02.10 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(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	
02.10 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 grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze (JAJ) 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	

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
02.10 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 wielowocowy250ml	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	
02.10 Piątek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	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	
02.10 Piątek Dieta łatwostrawna (P02)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE)	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze (JAJ)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka	E:2071.4kcal B:73.3g T:60.8g Kw.tł.nas.:	

	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	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	50g Sałata160g Herbata250ml	14.2g W:270.1g W tym cukry: 42.9g Bł:23,5g Sól:4.9g	
03.10 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 barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g 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	
03.10 Sobota Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g	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	

	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml		Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Sól:6.8g	
03.10 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 barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 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	
03.10 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 barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem200g/120g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska wieprzowa, grubo rozdrobniona 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)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	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				
03.10 Sobota Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml	Pieczywo 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	
03.10 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 barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno- żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Polędwica z majerankiem 30g Sałata80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				

03.10 Sobota Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany 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	
03.10 Sobota Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/120g 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	
03.10 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	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/120g 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	

	Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml				
04.10 Niedziela Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Ser żółty50g(MLE) Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g 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)	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	
04.10 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) Marchew gotowana200g 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	
04.10 Niedziela	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE)	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.:	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	18.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
04.10 Niedziela Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE ,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata 250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym400ml (GLU PSZ ,SEL) Udło gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata 250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka drobiowa30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	
04.10 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) Udło 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	

04.10 Niedziela Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Pomidor 160g Banan 150g Herbata 250ml	Rosół z makaronem 400ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy 80g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Pieczywo pszenno- razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata 160g Kawa zbożowa na mleku 200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Szynka drobiowa 30g Ogórek 80g Herbata 250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
04.10 Niedziela Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne rozmocone w mleku z dodatkiem piersi gotowanej i warzyw bez	Rosół jarski makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego 400ml (GLU PSZ, MLE, SEL) (postać płynna) Kompot wieloowocowy 250ml	Kasza manna zmiksowana z zacierką jarzynową i jajkiem na miękko 300ml (GLU PSZ, JAJ)	E: 1916.kcal B: 92.3g T: 62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g	

	skóry300ml(GLU PSZ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml		Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
04.10 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 wielowocowy250ml	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	
04.10 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)	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	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	

	Twarożek30g(MLE) Sałata15g Herbata250ml				
05.10 Poniedziałek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml	E:2167.14kcal B:101.42g T:.80,7g Kw.tł.nas.: 18.9g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,23g Sól:6.21g	
05.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) 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	
05.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g	E:2014.14kcal B:102.42g T:.65,7g Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry:	

	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	(MLE) Herbata150ml	47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	
05.10 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Makaron razowy200g(GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pastą z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata150ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Polędwica wiśniow30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2297.02kcal B:119.08g T:74.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:248.76g W tym cukry: 46.11g Bł:27,12g Sól:6.23g				
05.10 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) 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	

05.10 Poniedziałek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) 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	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
05.10 Poniedziałek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1812kcal B:61g T:60,1g Kw.tł.nas.:14,1g W:245g W tym cukry: 42,7g Bł:26,1g Sól:5,7g	
05.10 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami400ml(SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE)	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g	E:2071.74kcal B:98.42g T:78,7g Kw.tł.nas.: 15.6g	

	Salata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Buraczki gotowane200g Makaron beezglutenow200g Kompot jabłkowy250ml	Pomidor160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,28g Sól:6.21g	
05.10 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Salata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) 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	
06.10 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Ogórek80g Rzodkiewka80g Banan150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy,smażony90g(GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Salata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	

06.10 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku 300ml (MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor bez skórki 160g Banan 150g Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany 90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Kawa zbożowa na mleku 200ml (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	
06.10 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku 300ml (MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor bez skórki 160g Banan 150g Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany 90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym 80g (GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem 200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot wieloowocowy 250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata 160g Kawa zbożowa na mleku 200ml (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	

06.10 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 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) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
06.10 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	
06.10 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g	

	PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Salata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Pierś gotowana 30g Pomidor 80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
06.10 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 wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:1781.12kcal B:71.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g W:241.13g W tym cukry: 42.91g Bł:25,11g Sól:6.01g	
06.10 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) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2012.91kcal B:95g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	

06.10 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) Sałata z lekkim sosem200g 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	
07.10 Środa Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(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	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	
07.10 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ)	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skóry160g	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g	

	Salata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	
07.10 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Salata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skóry160g 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	
07.10 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) Salata160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa kalafiorowa z razowym makaronem400ml(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) Pierś gotowana 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie30g Salata80g Herbata250 ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				

07.10 Środa Dieta eliminacyjna (D13) (biegunkowa)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów 50g Kisiel 200ml Banan 150g Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi leniwe z twarogiem 10 sztuk, polane masłem (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana 200g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Suchary 30g (GLU PSZ) Budyń 200ml Herbata 250ml	E: 2073.55kcal B: 101.35g T: 72.88g Kw.tł.nas.: 19.15g W: 253.13g W tym cukry: 46.91g Bł: 28,79g Sól: 6.89g	
07.10 Środa Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku 300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Pasta z jaj 50g (JAJ) Sałata 160g Jabłko 150g Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka 200g Kompot jabłkowy 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie 30g Sałata 80g Herbata 250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
07.10 Środa	Manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE)	Zupa koperkowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem	E: 1876.87kcal B: 87.05g	

Dieta płynna (D12)	Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z połędwicą drobiową 300ml(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	jarzynowym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:251.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.06g	
07.10 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) Filet drobiowy 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	
07.10 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 leniwe z twarogiem na słodko 10 sztuk, polane masłem(GLU PSZ,MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skóry160g 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	
08.10 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml (MLE,GLU PSZ) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU	Zupa kapuśniak z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	E:2219.12kcal B:96.19g T:74.15g Kw.tł.nas.: 18.58g	

	PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty białej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wielowocowy250ml	Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W:300.7g W tym cukry: 48.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	
08.10 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, SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 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	
08.10 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, SEL.MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 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	
08.10 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa kapuśniak z ziemniakami 400ml(GLU PSZ, SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g	

przyswajalnych węglowodanów (D03)	Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Salata z lekkim sosem200g Kasza jęczmienna150g (GLU JĘCZ) Herbata250ml (b/c)	Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	(MLE) Polędwica z indyka 30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
08.10 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	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 Bł:26,01g Sól:6.2g	
08.10 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, GLU JĘCZ 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	
08.10 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 jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wielowocowy250ml	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	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
08.10 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 drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza jaglana150g Kompot wielowocowy250ml	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	

08.10 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, SEL, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Kasza jęczmienna150g(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	
09.10 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 krupnik z kaszą wiejską(GLU PSZ, GLU JĘCZ, SEL, MLE) Ryba smażona90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem cebulki i oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wielowocowy250ml	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	

09.10 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 krupnik z kaszą wiejską (GLU PSZ, GLU JĘCZ,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	
09.10 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 krupnik z kaszą wiejską (GLU PSZ, GLU JĘCZ,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	
09.10 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku400ml (MLE,GLU OW) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa krupnik z kaszą wiejską (GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g (RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g (GLU PSZ, MLE) Surówka z kiszonej 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)	

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	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				
09.10 Piątek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(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	
09.10 Piątek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL,MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB, GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g 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)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml	

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2246.2kcal B:86.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: 18.15g W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g				
09.10 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 ryżowa 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	
09.10 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa 400ml(SEL, MLE) Pulpet rybny gotowany90g(RYB, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo 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	
09.10 Piątek Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku400ml (GLU OW,MLE)	Zupa krupnik z kaszą wiejską(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL,MLE	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	E:2271.6kcal B:89.9g T:61,8g	

(P02)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ,) Masło5g (MLE) Pasta twarogowa30g(MLE) Sałata15g 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 Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
--------------	--	--	--	--	--