

Jadłospis od dnia 30.12.2025r. do dnia 08.01.2026r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
30.12 Wtorek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Kotlet mielony smażony90g(GLU PSZ,JAJ) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2156.97kcal B:101.35g T:74.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.7g	
30.12 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2056.22kcal B:103.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
30.12 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku400ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JAJ) Sałata160g	Zupa dyniowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ,JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo pszenne (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor bez skórki160g	E:2056.22kcal B:103.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g	

	Banan150g Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Bł:26,13g Sól:6.7g	
30.12 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Zupa dyniowa z makaronem razowym 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(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 Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z warzywami30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2256.87kcal B:112.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.45g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g
30.12 Wtorek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Suchary30g(GLU PSZ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2001.68kcal B:103.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.49g W:289.13g W tym cukry: 47.98g Bł:29,23g Sól:6.01g	
30.12 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku400ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem 400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(GLU PSZ, 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) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE) Polędwica z	E:22536.87kcal B:112.35g 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	
30.12 Wtorek Dieta płynna (D12)	Manna na mleku300ml GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne rozmaczone w mleku z dodatkiem jajka na miętko i mięsa drobiowego bez skóry300ml(GLU PSZ, MLE, JAJ)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)(postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Ryż gotowany na mleku zmiksowany z bananem300ml(MLE) Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:1874.22kcal B:85.35g T:68.18g Kw.tł.nas.: 17.42g W:299.13g W tym cukry: 45.98g Bł:25,21g Sól:5.22g	
30.12 Wtorek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL, MLE) Pulpet mielony gotowany90g(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g Herbata250ml	E:2159.97kcal B:101.35g T:72.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:27,13g Sól:6.7g	
31.12 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	Zupa pieczarkowa z ryżem400ml(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) Galareta drobiowa80g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2076.6kcal B:101.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g	

	Jabłko150g Herbata250ml			Sól:6.8g	
31.12 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(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) Galareta drobiowa80g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2076.6kcal B:99.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
31.12 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Rolada drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(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) Galareta drobiowa80g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2076.6kcal B:99.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
31.12 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 pieczarkowa z brązowym ryżem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Pierogi leniwe z mąki razowej z twarogiem 10 sztuk ,polane masłem(GLU PSZ,MLE ,JAJ) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Galareta drobiowa80g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2156kcal B:112.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 16.4g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:29,79g Sól:6.5g

31.12 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Pierś gotowana 50g Banan 150g Kisiel 200ml Herbata 250ml	Zupa ryżowa 400ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi leniwe 10 sztuk (GLU PSZ, JAJ, MLE) Marchew gotowana 200g Herbata 250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica z indyka 50g Suchary 30g (GLU PSZ) Kisiel 200ml Herbata 250ml	E: 2026.6kcal B: 101.3g T: 62.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W: 262.1g W tym cukry: 45.9g Bł: 24,5g Sól: 6.8g	
31.12 Środa Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Rolada drobiowa 50g Pomidor 160g Jabłko 150g Herbata 250ml	Zupa ryżowa 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) Galareta drobiowa 80g Sałata 160g Jogurt naturalny 120g (MLE) Herbata 250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZ, MLE) Jabłko 150g Kisiel 250ml Herbata 250ml	E: 2223kcal B: 112.35g T: 75.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W: 272.13g W tym cukry: 47.98g Bł: 29,79g Sól: 6.5g
31.12 Środa Dieta płynna (D12)	Manna na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml (postać płynna) Kisiel 200ml Herbata 250ml	Zupa ryżowa z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) (postać płynna) Kompot jabłkowy 250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym 300ml (GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml (MLE) Herbata 250ml	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	
31.12 Środa Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo bezglutenowe 80g Masło 15g (MLE) Rolada drobiowa 50g	Zupa pieczarkowa z ryżem 400ml (MLE, SEL) Schab gotowany 90g Sos pieczeniowy 80g (MLE) Marchew gotowana 200g	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło 15g (MLE) Galareta drobiowa 80g Sałata 160g	E: 2076.6kcal B: 100.1g T: 61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g	

	Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,1g Sól:6.5g	
01.01 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem i fasolą 400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy smażony90g(GLU PSZ, JAJ) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasztet drobiowy 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
01.01 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
01.01 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)	Zupa jarzynowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g	E:2160.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.11g W tym cukry:	

	Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	47.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	
01.01 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata 160g Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa jarzynowa z makaronem razowym 400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (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
01.01 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Kasza manna na rosole jarskimi400ml(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: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	
01.01 Czwartek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksovane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem i 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	

01.01 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z wrzypami50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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
01.01 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z makaronem bezglutenowym 400ml(SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g 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	
01.01 Czwartek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ,) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki 160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie	Zupa jarzynowa z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2269.15kcal B:94.9g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:300.19g W tym cukry: 48.01g Bł:28.07g Sól:6.2g	

	Pieczywo pszenne 30g(GLU PSZ) Masło 5g(MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml				
02.01 Piątek Dieta podstawowa (D01)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata80g Pomidor80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(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) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	
02.01 Piątek Dieta łatwostrawna (D02)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	
02.01 Piątek	Makaron na mleku300ml (GLU PSZ,MLE)	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka	E:2154.15kcal B:97.90g T:71.02g Kw.tł.nas.:	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	
02.01 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 Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Zupa grysikowa z kaszą pęczak400ml (GLU PSZ SEL,MLE,GLU JĘCZ) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Surówka z buraczków z cebulką i z dodatkiem oleju rzepakowego 200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (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
02.01 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	
02.01 Piątek Dieta podstawowa (C01)	Makaron na mleku300ml (MLE,GLU PSZ)	Grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie,	E:2298.65kcal B:103.35g T:78.18g Kw.tł.nas.:

	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Polędwica sopocka 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Twarożek 30g(MLE) Pomidor80g Herbata250ml	19.15g W:263.13g W tym cukry: 48.9g Bł:28,79g Sól:6.89g
02.01 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 manną i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E: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	
02.01 Piątek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa, grubo rozdrobiona 50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g 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	
02.01 Piątek Dieta łatwostrawna (P02)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE)	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Jajko gotowane na parze (JAJ) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka 50g Sałata160g	E:2159.15kcal B:94.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g	

	Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Polędwica z indyka30g Sałata15g Herbata250ml	Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	W tym cukry: 46.11g Bł:26.07g Sól:6.2g	
03.01 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 Banan150g Herbata250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2071.6kcal B:101.3g T:64.8g Kw.tł.nas.: 16.5g W:272.1g W tym cukry: 45.9g Bł:27,7g Sól:6.8g	
03.01 Sobota Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	

03.01 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2076.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:273.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
03.01 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 kalafiorowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, SEL,MLE) Ryż brązowy z polewą jogurtową200g/120g(MLE) (b/c) 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)	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
03.01 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:89.3g T:63.8g Kw.tł.nas.: 16.4g W:262.1g W tym cukry: 45.9g Bł:24,5g Sól:6.8g	

03.01 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 Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Polędwica 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
03.01 Sobota Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiśowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot wieloowocowy250ml	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	
03.01 Sobota Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami400ml (SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Herbata250ml	E:2076.6kcal B:97.1g T:61.8g Kw.tł.nas.: 16.2g W:253.1g W tym cukry: 45.9g Bł:26,1g Sól:6.5g	

03.01 Sobota Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Sałata160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ) Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż na gęsto z polewą jogurtową200g/120g(MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	E:2176.6kcal B:99.3g T:63.2g Kw.tł.nas.: 16.2g W:278.1g W tym cukry: 47.9g Bł:26,5g Sól:6.8g	
04.01 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 Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL,MLE) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	
04.01 Niedziela Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2011.20kcal B:90.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g	

	Herbata250ml			Bł:26,4g Sól:6.2g	
04.01 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 Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	
04.01 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) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata 250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Szynka drobiowa30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	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
04.01 Niedziela Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryzowy300ml(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	

04.01 Niedziela Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml (GLU PSZ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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
04.01 Niedziela Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne rozmocone w mleku z dodatkiem pierś gotowanej i warzyw bez skóry300ml(GLU PSZ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Rosół jarski makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Kasza manna zmiksowana z zacierką jarzynową i jajkiem na miekkio300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
04.01 Niedziela Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym400ml (SEL) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	

04.01 Niedziela Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZE) Masło 15g (MLE) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie Pieczywo pszenne30g (GLU PSZE) Masło 5g (MLE) Pierś gotowana30g Sałata15g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml (GLU PSZ ,SEL) Udko gotowane Sos jogurtowo- pieczeniowy80g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:2121.20kcal B:94.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18,11g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
05.01 Poniedziałek Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne zapraviane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
05.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne zapraviane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	

05.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
05.01 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 krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE) Polędwica wiśniowa30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	E:2297.02kcal B:119.08g T:74.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:248.76g W tym cukry: 46.11g Bł:27,12g Sól:6.23g
05.01 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	
05.01 Poniedziałek Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g	E:2285.29kcal B:98.12g T:75.10g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g

	Kurczak w galarecie50g Sałata160g Banan 150g Herbata250ml	Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	50g Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	(GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło 10g(MLE) Połędwica wiśniowa30g Sałata80g Herbata250ml	W tym cukry: 49.11g Bł:28,29g Sól:6.55g
05.01 Poniedziałek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmixowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	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	
05.01 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) Leczo mięsno-warzywne zaprawiane jogurtem naturalnym180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Połędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g 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	
05.01 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa krupnik z kaszą wiejską400ml(GLU PSZ, GLU JĘCZ,SEL, MLE) Leczo mięsno-warzywne zaprawiane jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	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	

	II śniadanie Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml			Sól:6.21g	
06.01 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 Jabłko150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	
06.01 Wtorek Dieta łatwostrawna (D02)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	
06.01 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	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g	

	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml			Bł:26,16g Sól:6.12g	
06.01 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) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona 30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	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
06.01 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	
06.01 Wtorek Dieta podstawowa (C01)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Jabłko150g	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Twarożek30g	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

	Herbata250ml			(MLE) Pomidor 80g Herbata250ml	
06.01 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 jabłkowy250ml	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	
06.01 Wtorek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml (SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) 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	
06.01 Wtorek Dieta łatwostrawna (P02)	Płatki owsiane na mleku300ml(MLE, GLU OW) Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml II śniadanie	Pomidorowa z ryżem400ml (GLU PSZ ,SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane200g Kasza wiejska150g(GLU JĘCZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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	

	Pieczyno pszenne30g(GLU PSZ) Masło5g (MLE) Szynka drobiowa30g Sałata15g Herbata250ml				
07.01 Środa Dieta podstawowa (D01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Piecyno pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JA) Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Zupa fasolowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JA,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Kompot wieloowocowy250ml	Piecyno pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu 50g(RYB) Pomidor160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
07.01 Środa Dieta łatwostrawna (D02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Piecyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JA) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JA,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot wieloowocowy250ml	Piecyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu 50g(RYB) Pomidor bez skórki160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	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	
07.01 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Ryż na mleku300ml(MLE) Piecyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj50g(JA) Sałata160g Banan150g	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JA,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g	Piecyno pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu 50g(RYB) Pomidor bez skórki160g	E:2286kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:293.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g	

	Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Sól:6.8g	
07.01 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 koperkowa z razowym makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie z mąki pełnoziarnistej ,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE,GLU ŻYT) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki z dodatkiem jogurtu naturalnego200g(MLE) Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu 50g(RYB) Pomidor 160g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (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
07.01 Środa Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Suchary30g(GLU PSZ) Budyń200ml Herbata250ml	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	
07.01 Środa Dieta podstawowa (C01)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaja50g(JAJ) Sałata160g Banan150g	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka drobiowa 50g Pomidor160g	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g	E:2316kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.2g W:263.13g W tym cukry: 42.11g Bł:28,19g

	Herbata250ml	Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	(MLE) Kurczak w galarecie30g Sałata80g Herbata250ml	Sól:6.5g
07.01 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 wieloowocowy250ml	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	
07.01 Środa Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym400ml(SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos pieczeniowo-jogurtowy80g(MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana 50g Pomidor160g 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	
07.01 Środa Dieta łatwostrawna (P02)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Sałata160g Banan150g Herbata250ml II śniadanie	Zupa koperkowa z makaronem400ml(GLU PSZ,MLE,SEL) Kluski śląskie,10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka bez skórki200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta twarogowa50g(MLE) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	E:2298kcal B:101.1g T:72.8g Kw.tł.nas.: 18.1g W:297.1g W tym cukry: 50.7g Bł:26,2g Sól:6.8g	

	Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml				
08.01 Czwartek Dieta podstawowa (D01)	Manna na mleku300ml (MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Sałata80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2219.12kcal B:96.19g T:74.15g Kw.tł.nas.: 18.58g W:300.7g W tym cukry: 48.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	
08.01 Czwartek Dieta łatwostrawna (D02)	Manna na mleku300ml (MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez sorki150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, MLE, SEL) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry: 46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	
08.01 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Manna na mleku300ml (MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, MLE, SEL) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g	E:2150.15kcal B:93.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:289.11g W tym cukry:	

	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Salata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	46.01g Bł:28.1g Sól:6.2g	
08.01 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 ogórkowa z ryżem brązowym400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml(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
08.01 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g(MLE) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g 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	
08.01 Czwartek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy 300ml Jajko na miękko zmiksovane z zacierką warzywną300ml(JAJ, GLU PSZ)(postać płynna) Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 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	

08.01 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Manna na mleku300ml (MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno- żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	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
08.01 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml(SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g 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	
08.01 Czwartek Dieta łatwostrawna (P02)	Manna na mleku300ml (MLE, GLU PSZ) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez sorki150g Herbata250ml II śniadanie	Zupa ryżowa400ml(GLU PSZ, MLE, SEL) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym, duszona180g(GLU PSZ, MLE) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	pszenne80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka konserwowa, wieprzowa, grubo rozdrobiona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:2259.15kcal B:98.9g T:70.1g Kw.tł.nas.: 16.19g W:295.11g W tym cukry: 46.01g Bł:26.1g Sól:6.2g	



	Pieczywo pszenne30g (GLU PSZ)Masło5g (MLE) Pierś gotowana30g Sałata15g Herbata250ml				
--	--	--	--	--	--