Jadłospis od dnia 30.10.2026r. do dnia 08.11.2026r.

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
30.10 **Piątek** **Dieta podstawowa (D01)**	Makaron na mleku300ml(**GLU PSZ**,**MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło15g (**MLE**) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (**GLU PSZ ,GLU SEL,MLE**) Jajko sadzone(**JAJ**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**MLE, GLU PSZ**) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(**MLE**) Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2232.15kcal B:87.90g T:74.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:303.10g W tym cukry: 48.18g Bł:28,19g Sól:6.22g	
30.10 **Piątek** **Dieta łatwostrawna (D02)**	Makaron na mleku300ml (**GLU PSZ**,**MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (**GLU PSZ ,SEL,MLE**) Jajko gotowane na parze(**JAJ**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**MLE, GLU PSZ**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2054.15kcal B:87.90g T:71.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	
30.10 **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**)	E:2054.15kcal B:87.90g T:71.02g	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**MLE, GLU PSZ**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Polędwica wiśniowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	
30.10 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(**GLU OW**,**MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło15g (**MLE**) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(**b/c**)	Zupa grysikowa z kaszą jęczmienną400ml (**GLU PSZ ,GLU JĘCZ,SEL,MLE**) Jajko gotowane na parze(**JAJ**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**MLE, GLU PSZ**) Mizeria z cebulką i jogurtem naturanym200g(**MLE**) Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (**b/c**)	Chleb graham80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml (**b/c**)	**Posiłek Dodatkowy** Chleb graham 50g (**GLU PSZ**) Masło10g (**MLE**) Twarożek 30g(**MLE**) Ogórek80g Herbata250ml (**b/c**)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2291.65kcal B:89.35g T:78.14g Kw.tł.nas.: 19.3g W:242.13g W tym cukry: 43.15g Bł:28,65g Sól:6.8g				

30.10 **Piątek** **Dieta eliminacyjna (biegunkowa)** **(D13)**	Kleik ryżowy300ml **(MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manną400ml(**GLU PSZ,SEL,MLE**) Filet drobiowy gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**MLE, GLU PSZ**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica z indyka50g Suchary30g (**GLU PSZ**) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:2021.19kcal B:76.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	
30.10 **Piątek** **Dieta podstawowa (C01)**	Makaron na mleku300ml (**GLU PSZ**,**MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło15g (**MLE**) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (**GLU PSZ SEL,MLE**) Jajko gotowane na parze(**JAJ**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**MLE, GLU PSZ**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	**Posiłek Dodatkowy** Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło10g (**MLE**) Twarożek 30g(**MLE**) Sałata80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2298.65kcal B:89.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:263.13g W tym cukry: 48.9g Bł:28,79g Sól:6.89g				
30.10 **Piątek** **Dieta płynna (D12)**	Manna na mleku 300ml(**GLU PSZ,MLE**) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą	Zupa grysikowa z kaszą manną i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (**GLU PSZ,SEL,MLE**)	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g	E:1811.87kcal B:76.90g T:67.19g Kw.tł.nas.:	

	jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (**MLE**) Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	(**MLE**) Herbata250ml	16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	
30.10 **Piątek** **Dieta bezglutenowa (D01/GL)**	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (**SEL,MLE**) Jajko gotowane na parze(**JAJ**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**MLE**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2061.10kcal B:87.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	
30.10 **Piątek** **Dieta łatwostrawna (P02)**	Makaron na mleku300ml (**GLU PSZ**,**MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ** Masło15g (**MLE**) Szynka drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Banan150g Herbata250ml **II śniadanie** Pieczywo pszenne30g (**GLU PSZ**) Masło5g (**MLE**) Dżem niskosłodzony30g	Zupa grysikowa z kaszą manną400ml (**GLU PSZ SEL,MLE**) Jajko gotowane na parze(**JAJ**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**MLE, GLU PSZ**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ** Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor bez skórki 160g Jogurt naturalny 120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2159.1kcal B:89.90g T:72.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:289.11g W tym cukry: 46.15g Bł:28.07g Sól:6.2g	

	Herbata250ml				
31.10 **Sobota** **Dieta podstawowa (D01)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Rzodkiewka80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz biały z ziemniakami(**GLU PSZ,SEL,MLE**) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2110.13kcal B:85.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g	
31.10 **Sobota** **Dieta łatwostrawna (D02)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz biały z ziemniakami(**GLU PSZ,SEL,MLE**) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2011.20kcal B:85.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
31.10 **Sobota** **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**)	Zupa barszcz biały z ziemniakami(**GLU PSZ,SEL,MLE**) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynamonem200g/150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g	E:2011.20kcal B:85.12g T:64.12g Kw.tł.nas.: 18.09g W:267.12g W tym cukry:	

	Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml		Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	
31.10 **Sobota** **Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)**	Makaron razowy na mleku 300ml(**GLU PSZ**,**MLE**) Chleb graham 80g(**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml (**b/c**)	Zupa barszcz biały z ziemniakami(**GLU PSZ,SEL,MLE**) Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i cynamonem200g/150g Herbata250ml(**b/c**)	Chleb graham 80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**) (**b/c)**	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Chleb Graham50g (**GLU PSZ**) Masło 10g (**MLE**) Pierś gotowana 30g Ogórek80g Herbata250ml (**b/c**)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2281.23kcal B:85.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:255.12g W tym cukry: 43.11g Bł:28,19g Sól:6.2g				
31.10 **Sobota** **Dieta eliminacyjna (biegunkowa)** **(D13)**	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Kisiel200ml Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(**GLU PSZ,SEL, MLE**) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki200g/150g 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	

31.10 **Sobota** **Dieta podstawowa (C01)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa barszcz biały z ziemniakami(**GLU PSZ,SEL,MLE**) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynaomnem200g/150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło 10g (**MLE**) Pierś gotowana 30g Pomidor80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2271.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:285.12g W tym cukry: 46.10g Bł:28,19g Sól:6.2g				

31.10 **Sobota** **Dieta płynna** **(D12)**	Manna na mleku300ml (postać płynna)(**MLE ,GLU PSZ**) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (**GLU PSZ ,JAJ,MLE**) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (**GLU PSZ,SEL, MLE**) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(**GLU PSZ, JAJ**) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(**MLE**) Herbata250ml	E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	
31.10 **Sobota** **Dieta bezglutenowa** **(D01/GL)**	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(**MLE**) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana(**SEL,MLE**) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynaomnem200g/150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata 160g 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	
31.10 **Sobota** **Dieta łatwostrawna** **(P02)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml **II śniadanie** Pieczywo pszenne30g (**GLU PSZ**)Masło5g (**MLE**) Polędwica z indyka30g	Zupa barszcz biały z ziemniakami(**GLU PSZ,SEL,MLE**) Ryż zapiekany z jabłkiem bez skórki i cynaomnem200g/150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata160g Herbata250ml	E:2111.20kcal B:91.12g T:65.12g Kw.tł.nas.: 18,09g W:267.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,4g Sól:6.2g	

	Herbata250ml				
01.11 **Niedziela** **Dieta podstawowa (D01)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**MLE, GLU OW**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Ser żółty50g(**MLE**) Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem400ml **(GLU PSZ ,SEL**) Filet drobiowy smażony90g(**GLU PSZ, JAJ**) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny 120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2143kcal B:85g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:302g W tym cukry:48g Bł:27,8g Sól:7,6g	
01.11 **Niedziela** **Dieta łatwostrawna (D02)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**MLE, GLU OW**) Pieczywo pszenne80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem400ml **(GLU PSZ ,SEL**) Filet drobiowy gotowany90g Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(**GLU PSZ, MLE**) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny 120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2041kcal B:85g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	

01.11 **Niedziela** **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu** **(D05)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**MLE, GLU OW**) Pieczywo pszenne80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica dębowa50g Pomidor bez skórki160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem400ml **(GLU PSZ ,SEL**) Filet drobiowy gotowany90g Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(**GLU PSZ, MLE**) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny 120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2041kcal B:85g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	
01.11 **Niedziela** **Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** **(D03)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**GLU OW, MLE**) Chleb graham80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml(**b/c**)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym400ml **(GLU PSZ ,SEL**) Filet drobiowy gotowany90g Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(**GLU PSZ, MLE**) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g 200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (**b/c**)	Chleb graham80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny 120g(**MLE**) Herbata250ml (**b/c**)	**Posiłek Dodatkowy** Chleb graham 50g (**GLU PSZ**) Masło10g (**MLE**) Polędwica z indyka30g Ogórek80g Herbata250ml (**b/c**)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2283kcal B:87g T:73,6g Kw.tł.nas.:16,1g W:256g W tym cukry:42g Bł:27,8g Sól:7,1g				
01.11 **Niedziela** **Dieta eliminacyjna (biegunkowa)** **(D13)**	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Kurczak w galarecie50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem400ml **(GLU PSZ, SEL**) Filet drobiowy gotowany90g Lekki sos80(**GLU PSZ)** Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Suchary30g(**GLU PSZ**) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2021kcal B 82g T:65,6g Kw.tł.nas.:17,1g W:288g W tym cukry:49g Bł:26,8g Sól:7,6g	

01.11 **Niedziela** **Dieta podstawowa** **(C01)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**GLU OW, MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem400ml **(GLU PSZ ,SEL**) Filet drobiowy gotowany90g Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(**GLU PSZ, MLE**) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny 120g(**MLE**) Herbata250ml	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło10g (**MLE**) Polędwica z indyka30g Sałata80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2281kcal B:87g T:65,6g Kw.tł.nas.:16g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g				
01.11 **Niedziela** **Dieta płynna** **(D12)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**MLE, GLU OW**) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i z dodatkiem mięsa drobiowego400ml **(GLU PSZ ,SEL**) (postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (**MLE**) (postać płynna) Budyń200ml (**MLE**) Herbata250ml	E:1876kcal B:82,4g T:58,7g Kw.tł.nas.:14,2g W:258g W tym cukry: 42,2g Bł:25,5g Sól:5,8g	
01.11 **Niedziela** **Dieta bezglutenowa**	Kleik ryzowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (**SEL**) Filet drobiowy gotowany90g	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g	E:2041kcal B:85g T:73,6g	

(D01/GL)	Masło15g(**MLE**) Ser żółty50g(**MLE**) Ogórek160g Jabłko150g Herbata250ml	Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(**MLE**) Surówka białej kapusty z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	(**MLE**) Szynka konserwowa, wieprzowa, parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor160g Jogurt naturalny 120g(**MLE**) Herbata250ml	Kw.tł.nas.:17,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	
01.11 **Niedziela** **Dieta łatwostrawna (P02)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**MLE, GLU OW**) Pieczywo pszenne80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml **II śniadanie** Pieczywo pszenne30g**(GLU PSZ)** Masło5g**(MLE)** Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml **(GLU PSZ ,SEL**) Filet drobiowy gotowany90g Sos jogurtowo-pieczeniowy80g(**GLU PSZ, MLE**) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Szynka drobiowa grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny 120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2141kcal B:88g T:63,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	
02.11 **Poniedziałek** **Dieta podstawowa (D01)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**)	Zupa grochowa z ziemniakami400ml (**GLU PSZ SEL,MLE**) Naleśniki z białym serem 2 sztuki i tartym jabłkiem120g (**GLU PSZ, MLE,JAJ**) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło15g (**MLE**)	E:2221.19kcal B:95.90g T:72.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:304.10g W tym cukry:	

	Pasta z ciecierzycy50g Pomidor80g Ogórek80g Banan150g Herbata250ml		Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	47.18g Bł:28,12g Sól:6.32g	
02.11 **Poniedziałek** **Dieta łatwostrawna (D02)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (**GLU PSZ SEL,MLE**) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(**GLU PSZ, MLE**) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2164.15kcal B:101.90g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 47.11g Bł:28.07g Sól:6.2g	
02.11 **Poniedziałek** **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu** **(D05)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (**GLU PSZ SEL,MLE**) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(**GLU PSZ, MLE**) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2011.12kcal B:103.10g T:62.15g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 49.18g Bł:27.07g Sól:6.2g	

02.11 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Patki owsiane na mleku300ml(**GLU OW,MLE**) Chleb graham80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(**b/c**)	Zupa grochowa z ziemniakami400ml (**GLU PSZ SEL,MLE**) Makaron razowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/60g/120g(**GLU PSZ, MLE**) 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** Chleb graham 50g (**GLU PSZ**) Masło10g (**MLE**) Serek wiejski 200g(**MLE**) Pomidor80g Herbata250ml (**b/c**)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2261.19kcal B:102.90g T:73.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:287.11g W tym cukry: 45.18g Bł:29,17g Sól:6.32g				
02.11 Poniedziałek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml **(GLU PSZ ,MLE**) Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki200g/120g(**GLU PSZ, MLE,JAJ**) Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (**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	

02.11 **Poniedziałek** **Dieta podstawowa** **(C01)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (**GLU PSZ SEL,MLE**) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(**GLU PSZ, MLE**) Kompot Wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	**Posiłek Dodatkowy** Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło10g (**MLE**) Serek wiejski 200g(**MLE**) Pomidor 80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2321.17kcal B:103.23g T:75.18g Kw.tł.nas.: 19.92g W:311.10g W tym cukry: 50.19g Bł:29,17g Sól:6.43g				
02.11 **Poniedziałek** **Dieta płynna** **(D12)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka ma miękko (postać płynna)300ml (**GLU PSZ ,JAJ,MLE**) Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml **(GLU PSZ SEL,MLE**)(postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki i dodatkiem drobiu bez skóry300ml Kisiel200ml 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	

02.11 **Poniedziałek** **Dieta bezglutenowa (D01/GL)**	Ryż na mleku300ml(**MLE**) Pieczywo bezglutenowe 80gMasło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	Zupa grochowa z ziemniakami400ml (**SEL,MLE**) Makaron bezglutenowy z białym serem i tartym jabłkiem200g/60g/120g(**MLE**) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (**MLE**) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 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	
02.11 **Poniedziałek** **Dieta łatwostrawna (P02)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ,MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml **II śniadanie** Pieczywo pszenne30g(**GLU PSZ**) Masło5g(**MLE**) Polędwica z indyka30g Sałata15g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana400ml (**GLU PSZ SEL,MLE**) Makaron z białym serem i tartym jabłkiem bez skórki200g/60g/120g(**GLU PSZ, MLE**) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Krakowska parzona wieprzowa, grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Herbata250ml	E:2041kcal B:99g T:62,6g Kw.tł.nas.:15,1g W:289g W tym cukry:46g Bł:26,8g Sól:7,6g	
03.11 **Wtorek** **Dieta podstawowa (D01)**	Ryż na mleku mleku300ml (**MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU**	Zupa rosół z makaronem400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Udko pieczone	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ,GLU ŻYT**) Masło15g (**MLE**)	E:2152.17kcal B:96.35g T:74.88g Kw.tł.nas.: 19.42g	

	PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (**MLE**) Pasta z jaj50g(**JAJ**) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy250ml	Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.7g	
03.11 **Wtorek** **Dieta łatwostrawna (D02)**	Ryż na mleku mleku300ml (**MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Pasta z jaj50g(**JAJ**) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa rosół jarski z makaronem400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE)** Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne (**GLU PSZ,**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2050.12kcal B:97.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
03.11 **Wtorek** **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)**	Ryż na mleku mleku300ml (**MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Pasta z białek jaj50g(**JAJ**)	Zupa rosół jarski z makaronem400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE)**	Pieczywo pszenne (**GLU PSZ,**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z majerankiem	E:2050.12kcal B:97.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g	

	Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem 150g Kompot jabłkowy250ml	50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
03.11 **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 rosół z makaronem razowym 400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE)** Surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem 150g Herbata250ml(**b/c**)	Chleb graham 80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml (**b/c**)	**Posiłek dodatkowy** podwieczorek Chleb Graham50g (**GLU PSZE**) Masło 10g (**MLE**) Szynka Konserwowa 30g Ogórek80g Herbata250ml (**b/c**)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2279.87kcal B:105.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.45g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g				
03.11 **Wtorek** **Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)**	Kleik ryzowy300ml Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa kasza manna na rosole jarskim400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE)** Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Suchary pszenne30g (**GLU PSZ**) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2001.68kcal B:94.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.49g W:289.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,23g	

				Sól:6.01g	
03.11 **Wtorek** **Dieta podstawowa (C01)**	Ryż na mleku mleku300ml (**MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Pasta z jaj50g(**JAJ**) Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa rosół z makaronem400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE)** Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem 150g 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, razowe50g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło 10g(**MLE**)) Szynka konserwowa 30g Sałata80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:22536.87kcal B:102.35g T:74.75g Kw.tł.nas.: 19.15g W:276.10g W tym cukry: 44.98g Bł:29,1g Sól:6.7g				
03.11 **Wtorek** **Dieta płynna (D12)**	Ryż na mleku300ml (**MLE**) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka na miękko i mięsa drobiowego bez skóry300ml(**GLU PSZ, MLE,JAJ**)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa rosół z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Ryż gotowany na mleku zmiksowany z bananem300ml(**MLE**) Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:1874.22kcal B:85.35g T:68.18g Kw.tł.nas.: 17.42g W:299.13g W tym cukry: 45.98g Bł:25,21g Sól:5.22g	

03.11 **Wtorek** **Dieta bezglutenowa (D01/GL)**	Ryż na mleku300ml(**MLE)** Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Pasta z jaj50g(**JAJ**) Sałata160g Jabłko 150g Herbata250ml	Zupa rosół z makaronem bezglutenowym400ml(**SEL, MLE**) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**MLE)** Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2059.97kcal B:101.35g T:72.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:25,13g Sól:6.7g	
03.11 **Wtorek** **Dieta łatwostrawna (P02)**	Ryż na mleku mleku300ml (**MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Pasta z białek jaj50g(**JAJ**) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml **II śniadanie** Pieczywo pszenne30g(**GLU PSZ**)Masło 5g(**MLE**) Polędwica dębowa30g Herbata250ml	Zupa rosół z makaronem400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE)** Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2050.12kcal B:97.55g T:62.88g Kw.tł.nas.: 17.4g W:297.13g W tym cukry: 47.98g Bł:26,13g Sól:6.7g	
04.11 **Środa** **Dieta podstawowa (D01)**	Płatki owsiane na mleku300ml (**GLU OW**,**MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU**	Zupa ogórkowa z ryżem400ml(**GLU PSZ,MLE,SEL**) Kopytka,10 sztuk(**GLU PSZ,JAJ,MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Sałata160g	E:2266kcal B:70.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g	

	PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (**MLE**) Kurczak w galarecie50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	W tym cukry: 50.9g Bł:28,7g Sól:6.8g	
04.11 **Środa** **Dieta łatwostrawna (D02)**	Płatki owsiane na mleku300ml (**GLU OW**,**MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(**GLU PSZ,MLE,SEL**) Kopytka,10 sztuk(**GLU PSZ,JAJ,MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2266kcal B:70.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	
04.11 **Środa** **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)**	Płatki owsiane na mleku300ml (**GLU OW**,**MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(**GLU PSZ,MLE,SEL**) Kopytka,10 sztuk(**GLU PSZ,JAJ,MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2266kcal B:70.3g T:76.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	
04.11 **Środa** **Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**GLU OW, MLE**) Chleb graham80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Kurczak w galarecie50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(**b/c**)	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym400ml(**GLU PSZ,MLE,SEL**) Kopytka z mąki razowej,10 sztuk(**GLU PSZ,GLU ŻYT,JAJ,MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**) Sałata z lekkim sosem200g Herbata250ml (**b/c**)	Chleb graham80g (**GLU PSZ)** Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**) (**b/c**)	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Chleb Graham50g (**GLU PSZE**) Masło 10g (**MLE**) Polędwica dębowa 30g Ogórek80g Herbata250ml	

				(**b/c**)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2389kcal B:80.3g T:80.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:280.1g W tym cukry: 46.9g Bł:28,7g Sól:6.9g				
04.11 **Środa** **Dieta eliminacyjna (biegunkowa)** **(D13)**	Kleik ryzowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Dżem o obniżonej zawartości cukru50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(**GLU PSZ,MLE,SEL**) Kopytka 10 sztuk ,polane masłem(**GLU PSZ,MLE ,JAJ)** Marchew gotowana200g Herbata250ml	Pieczywo pszenne 80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Suchary30g (**GLU PSZ)** Budyń200ml Herbata250ml	E:2073.55kcal B:70.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.45g W:273.13g W tym cukry: 46.91g Bł:26,79g Sól:6.89g	
04.11 **Środa** **Dieta podstawowa (C01)**	Płatki owsiane na mleku300ml (**GLU OW**,**MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Kurczak w galarecie50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(**GLU PSZ,MLE,SEL**) Kopytka,10 sztuk(**GLU PSZ,JAJ,MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**) Sałata z lekkim sosem 200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło 10g(**MLE)**) Polędwica dębowa30g Pomidor80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2349kcal B:80.3g T:80.8g				

	Kw.tł.nas.: 19.8g W:290.1g W tym cukry: 47.9g Bł:28,7g Sól:6.9g				
04.11 **Środa** **Dieta płynna** **(D12)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ**,**MLE**) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z polędwicą drobiową 300ml (**MLE**)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata 250ml	Zupa 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**) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(**MLE**) Herbata250ml	E:1886.87kcal B:69.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:253.13g W tym cukry: 43.96g Bł:24,89g Sól:6.01g	
04.11 **Środa** **Dieta bezglutenowa** **(D01/GL)**	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Kurczak w galarecie50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ogórkowa z ryżem400ml(**SEL,MLE**) Schab gotowany90g Sos pieczeniowy80g(**MLE**) Sałata z lekkim sosem200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Sałata160g Herbata250ml	E:2053.22kcal B:71.31g T:69.18g Kw.tł.nas.: 17.45g W:263.13g W tym cukry: 47.91g Bł:27,79g Sól:6.29g	
04.11 **Środa** **Dieta łatwostrawna** **(P02)**	Płatki owsiane na mleku300ml (**GLU OW**,**MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Zupa ryżowa400ml(**GLU PSZ,MLE,SEL**) Kopytka,10 sztuk(**GLU PSZ,JAJ,MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**) Sałata z lekkim sosem200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Sałata160g Herbata250ml	E:2266kcal B:70.3g T:79.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:312.1g W tym cukry: 52.9g Bł:25,7g Sól:6.8g	

	II śniadanie Pieczywo pszenne30g(**GLU PSZ**)Masło 5g (**MLE**) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml				
05.11 **Czwartek** **Dieta podstawowa (D01)**	Makaron na mleku300ml(**GLU PSZ, MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Polędwica z indyka50g Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą400ml(**GLU PSZ SEL,MLE**) Kotlet mielony smażony90g(**GLU PSZ, JAJ, MLE**) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g(**GLU JĘCZ**) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(**RYB**) Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2125.29kcal B:98.12g T:73.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:28,29g Sól:6.45g	
05.11 **Czwartek** **Dieta łatwostrawna (D02)**	Makaron na mleku300ml(**GLU PSZ, MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml(**GLU PSZ SEL,MLE**) Pulpet mielony gotowany90g(**GLU PSZ, JAJ, MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(**GLU JĘCZ**) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(**RYB**) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
05.11 **Czwartek** **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)**	Makaron na mleku300ml(**GLU PSZ, MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml(**GLU PSZ SEL,MLE**) Pulpet mielony gotowany90g(**GLU PSZ, JAJ, MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(**GLU JĘCZ**)	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(**RYB**) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**)	E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.12g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g	

	Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml	Sól:6.23g	
05.11 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Płatki owsiane na mleku300ml(**GLU PSZ GLU OW,MLE)** Chleb graham 80g(**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml (**b/c**)	Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(**GLU PSZ SEL,MLE**) Pulpet mielony gotowany90g(**GLU PSZ, JAJ, MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**) Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Kasza jęczmienna150g(**GLU JĘCZ**) Herbata250ml(**b/c**)	Chleb graham 80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(**RYB**) Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml (**b/c**)	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Chleb Graham50g (**GLU PSZ**) Masło 10g (**MLE**) Pierś gotowana 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				
05.11 Czwartek Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Szynka drobiowa50g Banan150g Kisiel2000ml Herbata250ml	Grysikowa z kaszą manną400ml (**GLU PSZ SEL,MLE**) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/120g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Kisiel 200ml Suchary30g (**GLU PSZ**) 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	
05.11 Czwartek Dieta podstawowa (C01)	Makaron na mleku300ml(**GLU PSZ, MLE**)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml(**GLU PSZ SEL,MLE**)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**)	**Posiłek Dodatkowy** Pieczywo pszenno-żytnie,	

	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Pulpet mielony gotowany90g(**GLU PSZ, JAJ, MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(**GLU JĘCZ**) Kompot jabłkowy250ml	Twarożek50g(**MLE**) Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	razowe50g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło10g (**MLE**) Pierś gotowana 30g Sałata80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	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				
05.11 Czwartek Dieta płynna (D12)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(**MLE**) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami i 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: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	
05.11 Czwartek Dieta bezglutenowa (D01/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(**MLE)** Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko150g	Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(**SEL,MLE**) Pulpet mielony gotowany90g(**JAJ, MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**MLE**) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g(**RYB**) Pomidor 160g	E:2012.91kcal B:95g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g	

	Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	Bł:26,22g Sól:6.13g	
05.11 **Czwartek** **Dieta łatwostrawna (P02)**	Makaron na mleku300ml(**GLU PSZ, MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml **II śniadanie** Pieczywo pszenne30g (**GLU PSZ**) Masło 5g (**MLE**) Polędwica sopocka30g Herbata250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami400ml(**SEL,MLE**) Pulpet mielony gotowany90g(**GLU PSZ, JAJ, MLE**) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(**GLU PSZ, MLE**) Buraczki gotowane200g Kasza jęczmienna150g(**GLU JĘCZ**) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Twrożek50g(**MLE**) Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2052.12kcal B:97.08g T:62.1g Kw.tł.nas.: 18.11g W:261.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	
06.11 **Piątek** **Dieta podstawowa (D01)**	Ryż na mleku400ml **(MLE)** Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Sałata80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (**GLU PSZ,SEL,MLE**) Ryba smażona90g(**RYB, GLU PSZ, JAJ**) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2178.6kcal B:104.3g T:76,8g Kw.tł.nas.: 19.9g W:275.1g W tym cukry: 48.9g Bł:28,7g Sól:6.9g	

06.11 **Piątek** **Dieta łatwostrawna (D02)**	Ryż na mleku400ml **(MLE)** Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ,**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (**GLU PSZ, SEL,MLE**) Pulpet rybny gotowany90g(**RYB, GLU PSZ, JAJ**) Sos jogurtowy80g(**GLU PSZ,MLE**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
06.11 **Piątek** **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05)**	Ryż na mleku400ml **(MLE)** Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ,**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (**GLU PSZ, SEL,MLE**) Pulpet rybny gotowany90g(**RYB, GLU PSZ, JAJ**) Sos jogurtowy80g(**GLU PSZ,MLE**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
06.11 **Piątek** **Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)**	Płatki owsiane na mleku400ml **(MLE,GLU OW)** Chleb graham80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Jabłko150g Herbata250ml(**b/c**)	Grysikowa z kaszą jęczmienną400ml (**GLU JĘCZ, GLU PSZ, SEL,MLE**) Pulpet rybny gotowany90g(**RYB, GLU PSZ, JAJ**) Sos jogurtowy80g(**GLU PSZ,MLE**) Surówka z kiszonej kapusty z cebulką200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (**b/c**)	Chleb graham80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g 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 dobowa	E:2276.65kcal B:112.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g				
06.11 **Piątek** **Dieta eliminacyjna (biegunkowa)** **(D13)**	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica z indyka50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą 400ml(**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:101.35g T:72.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:253.13g W tym cukry: 42.11g Bł:25,79g Sól:6.6g	
06.11 **Piątek** **Dieta podstawowa** **(C01)**	Ryż na mleku400ml **(MLE)** Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (**GLU PSZ, SEL,MLE**) Pulpet rybny gotowany90g(**RYB, GLU PSZ, JAJ**) Sos jogurtowy80g(**GLU PSZ,MLE**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml (**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Pieczywo pszenno-razowe50g (**GLU PSZ, GLU ŻYT)** Masło 10g (**MLE**) Twarożek 50g(**MLE**) Pomidor80g Herbata250ml	

Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2246.2kcal B:108.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: 18.15g W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g				
06.11 **Piątek** **Dieta płynna** **(D12)**	Manna na mleku 300ml(**GLU PSZ,MLE**) Ryż biały, rozgotowany, przetarty z zupą jarzynową 300ml(postać płynna) Budyń200ml (**MLE**) Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml 400ml(**GLU PSZ,SEL,MLE**) Kompot wieloowocowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (**MLE**) Herbata250ml	E: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	
06.11 **Piątek** **Dieta bezglutenowa** **(D01/GL)**	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą jaglaną400ml (**SEL,MLE**) Pulpet rybny gotowany90g(**RYB, JAJ**) Sos jogurtowy80g(**MLE**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Herbata250ml	E:2141.6kcal B:107.3g T:72,8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g	

06.11 **Piątek** **Dieta łatwostrawna (P02)**	Ryż na mleku400ml **(MLE)** Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ,**) Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml **II śniadanie** Pieczywo pszenne30g (**GLU PSZ,**) Masło 5g (**MLE**) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml (**GLU PSZ, SEL,MLE**) Pulpet rybny gotowany90g(**RYB, GLU PSZ, JAJ**) Sos jogurtowy80g(**GLU PSZ,MLE**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Herabat250ml	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	
07.11 **Sobota** **Dieta podstawowa (D01)**	Płatki owsiane na mleku300ml (**GLU OW, MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Rzodkiewka80g Ogórek80g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(**GLU PSZ, ,MLE)** Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Pasztet drobiowy 50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	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	
07.11 **Sobota** **Dieta łatwostrawna**	Płatki owsiane na mleku300ml (**GLU OW, MLE**)	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**)	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**)	E:2017.44kcal B:102.42g T:.78,7g	

(D02)	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(**GLU PSZ, ,MLE)** Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml	Rolada drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	Kw.tł.nas.: 15.13g W:259.25g W tym cukry: 47.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	
07.11 **Sobota** **Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu** **(D05)**	Płatki owsiane na mleku300ml (**GLU OW, MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(**GLU PSZ, ,MLE)** Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Rolada drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	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	
07.11 **Sobota** **Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** **(D03)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**GLU OW, MLE**) Chleb graham80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml(**b/c**)	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Risotto z brązowym ryżem, mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(**GLU PSZ, ,MLE)** Sałata z lekkim sosem200g Herbata250ml(**b/c**)	Chleb graham80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Rolada drobiowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml (**b/c**)	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Chleb graham 50g (**GLU PSZ)** Masło10g(**MLE**) Polędwica z indyka30g Ogórek80g Herbata250ml (**b/c**)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	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				
07.11 **Sobota** **Dieta eliminacyjna (biegunkowa)** **(D13)**	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Dżem o obniżonej zawartości cukrów50g Banan150g Kisle200ml 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**) Szynka drobiowa50g Kisiel200ml Suchary30g (**GLU PSZ**) 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	
07.11 **Sobota** **Dieta podstawowa (C01)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**GLU OW, MLE**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(**GLU PSZ, ,MLE)** Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Rolada drobiowa 50g Pomidor 160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)50g Masło 10g(**MLE**) Polędwica z indyka30g Sałata80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	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				
07.11 **Sobota** **Dieta płynna** **(D12)**	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(**MLE**) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml((**GLU PSZ,SEL, MLE**) Kompot jabłkowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(**GLU PSZ**) (postać płynna) Budyń 200ml(**MLE**) 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	
07.11 **Sobota** **Dieta bezglutenowa** **(D01/GL)**	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Sałata160g Jabłko150g Herbata250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(**SEL, MLE**) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(**MLE)** Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Rolada drobiowa50g Pomidor160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2071.74kcal B:98.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 15.6g W:299.25g W tym cukry: 47.18g Bł:28,28g Sól:6.21g	
07.11 **Sobota** **Dieta łatwostrawna** **(P02)**	Płatki owsiane na mleku300ml (**GLU OW, MLE**) Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Twarożek50g(**MLE**) Sałata160g Jabłko bez skórki150g Herbata250ml **II śniadanie**	Zupa dyniowa z ziemniakami400ml(**GLU PSZ, SEL, MLE**) Risotto z mięsem i warzywami zaprawiane jogurtem naturalnym, duszone 200g/150g(**GLU PSZ, ,MLE)** Sałata z lekkim sosem200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Rolada drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(**MLE**) Herbata250ml	E:2019.44kcal B:102.42g T:.78,7g Kw.tł.nas.: 14.13g W:259.25g W tym cukry: 45.18g Bł:27,13g Sól:6.21g	

	Pieczywo pszenne30g (**GLU PSZ**)Masło 5g (**MLE**) Szynka drobiowa30g Herbata 250ml				
08.11 **Niedziela** **Dieta podstawowa (D01)**	Manna na mleku300ml(**MLE, GLU PSZ**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Ser żołty50g(**MLE**) Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml **(GLU PSZ ,SEL,MLE**) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym 200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	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	
08.11 **Niedziela** **Dieta łatwostrawna (D02)**	Manna na mleku300ml(**MLE, GLU PSZ**) Pieczywo pszenne80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml **(GLU PSZ ,SEL, MLE**) Udko gotowane w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(**GLU PSZ,MLE**) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wisniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g	

08.11 **Niedziela** **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	Rosół jarski z makaronem400ml **(GLU PSZ ,SEL, MLE**) Udko gotowane w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(**GLU PSZ,MLE**) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wisniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**)	E:2042.12kcal B:95.08g T:63.1g Kw.tł.nas.: 18.27g W:268.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g	
08.11 **Niedziela** **Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów** **(D03)**	Płatki owsiane na mleku300ml(**MLE, GLU OW**) Chleb graham80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica sopocka50g Pomidor160g Jabłko150g Herbata250ml(**b/c**)	Rosół z makaronem razowym400ml **(GLU PSZ ,SEL,MLE**) Udko gotowane w sosie ,zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(**GLU PSZ,MLE**) Fasolka szparagowa z cebulką i dodatkiem oleju rzepakowego200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml (**b/c**)	Chleb graham80g (**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**) (**b/c**)	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Chleb Graham50g (**GLU PSZ**) Masło 10g (**MLE**) Krakowska parzona 30g Ogórek80g Herbata250ml (**b/c**)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	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				
08.11 **Niedziela**	Kasza manna300ml(**GLU PSZ**)	Rosół jarski z makaronem400ml **(SEL,MLE,GLU PSZ**)	Pieczywo pszenne80g(**GLU PSZ**)	E:2012.98kcal B:93.08g	

Dieta eliminacyjna (biegunkowa) (D13)	Pieczywo pszenne80g(**GLU PSZ**) Masło15g (**MLE**) Pierś gotowana50g Banan150g Kisiel200ml Herbata250ml	Udko gotowane Lekki sos80g(**GLU PSZ**) Marchew gotowana200g Ziemniaki z koperkiem150g Herbata250ml	Masło15g (**MLE**) Polędwica drobiowa50g Suchary30g (**GLU PSZ**) Kisiel200ml Herbata250ml	T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	
08.11 **Niedziela** **Dieta podstawowa (C1)**	Manna na mleku300ml(**MLE, GLU PSZ**) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Polędwica sopocka50g Pomidor 160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml **(GLU PSZ ,SEL, MLE**) Udko gotowane w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(**GLU PSZ,MLE**) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (**GLU PSZ, GLU ŻYT**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g Sałata160g Kawa zbożowa na mleku200ml(**GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE**	**Posiłek Dodatkowy** Podwieczorek Bułka maślana 35g (**GLU PSZE, MLE**) Jabłko150g Kisiel200ml Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	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				
08.11 **Niedziela** **Dieta płynna (D12)**	Manna na mleku300ml(**GLU PSZ, MLE**) (postać płynna) Przecierka ziemniaczana z mięsem drobiowym bez skóry 300ml Kisiel 200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego400ml **(GLU PSZ ,SEL**) (postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (**MLE**) (postać płynna) Budyń200ml (**MLE**) Herbata250ml	E: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	

08.11 **Niedziela** **Dieta bezglutenowa (D01/GL)**	Kleik ryzowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (**MLE**) Ser żołty50g(**MLE**) Ogórek160g Banan150g Herbata250ml	Rosół z makaronem bezglutenowym400ml **(SEL, MLE**) Udko pieczone Fasolka szparagowa z cebulką i olejem rzepakowym200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (**MLE**) Polędwica wiśniowa50g 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	
08.11 **Niedziela** **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**) Dżem niskosłodzony30g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml **(GLU PSZ ,SEL, MLE**) Udko gotowane w sosie, zaprawianym jogurtem naturalnym90g/80g(**GLU PSZ,MLE**) Buraczki gotowane200g Ziemniaki z koperkiem150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne 80g (**GLU PSZ**)Masło15g (**MLE**) Polędwica wisniowa50g Sałata160g Herbata250ml	E:2142.12kcal B:95.12g T:64.1g Kw.tł.nas.: 18.26g W:269.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,16g Sól:6.12g	