

	Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	plynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml kielbasa szynkowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g jajko(JAJ,) 1 szt sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt herbata bez cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ,GLU JEĆZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		sok pomidorowy 330 ml	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml
	Obiad	Pomidorowa z ryżem i zieleciną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pier.leniw z b.ser(8 szt)masłem i buł tartą (GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g sur z czerw kap z jab i ceb, olej rzep. 120 g kompot jabłkowy 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleciną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot jabłkowy 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleciną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot jabłkowy 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleciną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Pierogi leniwe z b.ser.z m. pelnoziarnistą(GLU PSZ,ML,JAJ) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleciną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	
	Kolacja	konserwa rybna(GLU PSZ,RYB,) 75 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g miód naturalny 25 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	kefir z truskawkami i otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml		kefir z truskawkami i otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml				
		E: 2002.36 kcal; : 61.85 g; T: 69.28 g; W: 298.80 g; w tym cukry: 70.26 g; Bł: 28.55 g; Sól: 4.05 g; Kw. tł.nas: 14.80 g;	E: 2035.49 kcal; : 73.73 g; T: 68.07 g; W: 295.31 g; w tym cukry: 61.84 g; Bł: 20.02 g; Sól: 4.09 g; Kw. tł.nas: 16.30 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2209.89 kcal; : 73.97 g; T: 52.07 g; W: 374.73 g; w tym cukry: 63.76 g; Bł: 20.02 g; Sól: 4.05 g; Kw. tł.nas: 12.66 g;	E: 2068.52 kcal; : 82.66 g; T: 76.92 g; W: 281.01 g; w tym cukry: 43.97 g; Bł: 29.65 g; Sól: 4.85 g; Kw. tł.nas: 16.63 g;	E: 1780.34 kcal; : 60.65 g; T: 58.75 g; W: 259.40 g; w tym cukry: 47.77 g; Bł: 13.51 g; Sól: 5.14 g; Kw. tł.nas: 19.85 g;	E: 1396.87 kcal; : 63.85 g; T: 47.05 g; W: 187.86 g; w tym cukry: 32.72 g; Bł: 17.64 g; Sól: 1.62 g; Kw. tł.nas: 12.94 g;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	herbata owocowa z cukrem 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g sałatka z ciecierzycą, marchwią, kap. pekińską, słonecz., pest. dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr. 80 g masło roślinne 10 g chleb żytni wieloziarnisty 2 kromki (GLU PSZE, GLU ŻYT) 60 g	herbata owocowa z cukrem 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g sał. makaron. + march. + fasol. sz. parag. + natk. pietr. + jog. nat. (ML E,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	herbata owocowa z cukrem 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g miód naturalny 25 g sał. makaron. + march. + fasol. sz. parag. + natk. pietr. + jog. nat. (ML E,) 100 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g masło roślinne 10 g	herbata owocowa b/cukru 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g sałatka z ciecierzycą, marchwią, kap. pekińską, słonecz., pest. dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr. 80 g masło roślinne 15 g chleb żytni wieloziarnisty 2 kromki (GLU PSZE, GLU ŻYT) 60 g	grysik na mleku z bułką mix (GLU PSZ, MLE,) 300 ml herbata owocowa z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	Szarlotka (GLU PSZ, JAJ, MLE,) 140 g		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	biszkopty (5 szt) 20 g	jabłko 120 g	sok pomidorowy 330 ml	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml
	Obiad	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ, SEL, MLE) 300 ml kotlet wiedeński z kurczaka (GLU PSZ, MLE, JAJ,) 110 g kasza jęczmienna (GLU JĘCZ,) 200 g surówka z burak. + march. + jabłko + olej rz. + natk. pietr. 150 g kompot jabłkowy 250 ml	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ, SEL, MLE) 300 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami (GLU PSZ, SEL, MLE,) 130 g kasza jęczmienna (GLU JĘCZ,) 200 g surówka z burak. + march. + jabłko + olej rz. + natk. pietr. 150 g kompot jabłkowy 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ, SEL, MLE) 300 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami (GLU PSZ, SEL, MLE,) 130 g kasza jęczmienna (GLU JĘCZ,) 200 g buraczki (GLU PSZ,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ, SEL, MLE) 300 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami (GLU PSZ, SEL, MLE,) 130 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kasza jęczmienna (GLU JĘCZ,) 200 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	krem kalafiorowy z mięsem mix (GLU PSZ, SEL, MLE) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	krem kalafiorowy z grzankami b/śmietany (GLU PSZ, SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml		jajko (JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka (GLU PSZ,) 30 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml
	Kolacja	twarożek z rzodkiewką (MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem (MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem (MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	twarożek z rzodkiewką (MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix (GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany (SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	jogurt z otrębami pszennymi (GLU PSZ, MLE,) 150 ml			jogurt z otrębami pszennymi (GLU PSZ, MLE,) 150 ml			
		E: 2218.29 kcal; : 93.62 g; T: 73.57 g; W: 305.40 g; w tym cukry: 75.93 g; Bł: 28.46 g; Sól: 3.43 g; Kw. tł.nas: 17.28 g;	E: 2052.23 kcal; : 89.95 g; T: 60.75 g; W: 299.21 g; w tym cukry: 78.70 g; Bł: 25.77 g; Sól: 3.76 g; Kw. tł.nas: 17.40 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2109.95 kcal; : 86.59 g; T: 41.55 g; W: 358.52 g; w tym cukry: 61.82 g; Bł: 23.33 g; Sól: 3.57 g; Kw. tł.nas: 13.01 g;	E: 2050.48 kcal; : 97.33 g; T: 69.73 g; W: 269.39 g; w tym cukry: 52.27 g; Bł: 30.22 g; Sól: 3.96 g; Kw. tł.nas: 19.02 g;	E: 284.14 kcal; : 26.16 g; T: 1.82 g; W: 42.29 g; w tym cukry: 9.73 g; Bł: 3.13 g; Sól: 0.36 g; Kw. tł.nas: 0.40 g;	E: 1410.55 kcal; : 66.18 g; T: 44.91 g; W: 195.20 g; w tym cukry: 33.89 g; Bł: 20.18 g; Sól: 1.64 g; Kw. tł.nas: 11.55 g;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML
2024-06-05 środa	Śniadanie	płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml ser topiony(MLE) 50 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g dżem owocowy 25 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	płatki żytnie na mleku z bułką mix(GLU PSZ,GLU ŻYT,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml	maślanka(MLE,) 150 ml wafel ryżowy(SEZ,) 55 g	sok pomidorowy 300 ml	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml
	Obiad	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ,MLE,JAJ) 260g kompot jabłkowy 250 ml	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot jabłkowy 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot jabłkowy 250 ml	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml		pomidor 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml
	Kolacja	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z og. kiszzonego bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g miód naturalny 25 g sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g jajko(JAJ,) 1 szt sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml			kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	kisiel z tartym jabłkiem b/cukru 200 ml		
			E: 2156.90 kcal; : 76.82 g; T: 76.46 g; W: 306.51 g; w tym cukry: 91.50 g; Bł: 23.91 g; Sól: 6.91 g; Kw. tł.nas: 23.68 g;	E: 2066.17 kcal; : 69.63 g; T: 66.84 g; W: 311.24 g; w tym cukry: 68.50 g; Bł: 20.51 g; Sól: 6.36 g; Kw. tł.nas: 17.50 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2110.54 kcal; : 52.32 g; T: 41.08 g; W: 395.48 g; w tym cukry: 106.48 g; Bł: 19.00 g; Sól: 3.62 g; Kw. tł.nas: 11.83 g;	E: 2102.57 kcal; : 69.75 g; T: 77.05 g; W: 299.86 g; w tym cukry: 55.55 g; Bł: 29.78 g; Sól: 5.84 g; Kw. tł.nas: 18.46 g;	E: 1910.33 kcal; : 77.90 g; T: 72.87 g; W: 243.23 g; w tym cukry: 50.08 g; Bł: 14.47 g; Sól: 4.66 g; Kw. tł.nas: 22.79 g;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	plynna - 13	bez mleka mix - 13/ML
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	pasztet drobiowy (1 szt)(GLU PSZ,SOJ,MLE,) 100 g sałatka z fasolą JAŚ+k.jaglana+march.+papryk a+og.kisz.+jajko+pest.dyni+sło necz.+natk.pietr.+ olej rzep.(JAJ,) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata zielona z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pi etr.+ olej rzep. 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata zielona z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pi etr.+ olej rzep. 100 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata zielona z cukrem 250 ml	sałatka z fasolą JAŚ+k.jaglana+march.+papryk a+og.kisz.+jajko+pest.dyni+sło necz.+natk.pietr.+ olej rzep.(JAJ,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata zielona b/cukru 250 ml szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml	pomarańcza (1szt) 330 g	sok owocowy 330 ml	sok owocowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml
	Obiad	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml bigos z białej kapusty z kiełbasą i mięsem(GLU PSZ,SOJ,) 260 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot jabłkowy 250 ml	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml makaron orkiszowy z serem i szpinakiem(GLU PSZ, MLE) 350 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	jarzynowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	jarzynowa z ryżem z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	pomidor bez skórki 100 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	pomidor 50 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g herbata bez cukru 250 ml chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe z jabłkami(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g				biszkopty (5 szt) 20 g	jabłko 120 g	
		E: 2246.92 kcal; : 88.80 g; T: 78.66 g; W: 310.67 g; w tym cukry: 77.81 g; Bł: 33.68 g; Sól: 5.18 g; Kw. tł.nas: 23.80 g;	E: 2215.65 kcal; : 78.32 g; T: 70.91 g; W: 333.81 g; w tym cukry: 76.27 g; Bł: 25.51 g; Sól: 4.46 g; Kw. tł.nas: 16.64 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2095.36 kcal; : 79.44 g; T: 47.29 g; W: 353.98 g; w tym cukry: 67.05 g; Bł: 23.21 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 12.34 g;	E: 2158.59 kcal; : 86.07 g; T: 74.01 g; W: 310.10 g; w tym cukry: 72.42 g; Bł: 48.85 g; Sól: 5.32 g; Kw. tł.nas: 14.31 g;	E: 1906.41 kcal; : 82.90 g; T: 61.00 g; W: 266.18 g; w tym cukry: 30.09 g; Bł: 10.98 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 19.93 g;	E: 1540.39 kcal; : 85.30 g; T: 47.37 g; W: 204.88 g; w tym cukry: 29.44 g; Bł: 16.66 g; Sól: 1.08 g; Kw. tł.nas: 11.73 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-300, Leżajsk **Diagnozy z 23. tygodnia, tj. od dnia 2024-06-03 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA OGÓLNA**

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	plynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	
2024-06-07 piątek	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 kg	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml pasta z piecz.ryby, sera, włośczonej i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml pasta z piecz.ryby, sera, włośczonej i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml masło roślinne 10 g	pasta z piecz.ryby, sera, włośczonej i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 15 g Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 kg bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	Ciasto drożdżowo-kakaowe(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	biszkopty (5 szt) 20 g sok owocowy 300 ml	jabłko 120 g	sok pomidorowy 300 ml	sok pomidorowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	
	Obiad	krupnik z zieleniną(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml łazanki(GLU PSZ,) 280 g kompot jabłkowy 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml Zapiekanka z makaronem i włośczonej(GLU PSZ,SEL,) 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml Zapiekanka z makaronem i włośczonej(GLU PSZ,SEL,) 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml zapiekanka z makaronem orkiszowym i warzywami (GLU ORKISZ, SEL,) 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml	krupnik z mięsem mix(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml		
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	jabłko gotowane 120 g	pomidor 100 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt masło roślinne 15 g	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml		
	Kolacja	sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+ nat.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ,MLE,) 100 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	
	PN	kefir z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml				kefir z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	kefir z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml		
		E: 2013.39 kcal; : 64.60 g; T: 62.13 g; W: 309.90 g; w tym cukry: 66.14 g; Bł: 26.64 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 17.40 g;	E: 2079.84 kcal; : 61.40 g; T: 66.66 g; W: 321.64 g; w tym cukry: 71.19 g; Bł: 27.64 g; Sól: 3.53 g; Kw. tł.nas: 15.79 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2016.93 kcal; : 61.12 g; T: 49.10 g; W: 348.67 g; w tym cukry: 70.25 g; Bł: 28.70 g; Sól: 3.41 g; Kw. tł.nas: 11.78 g;	E: 2157.58 kcal; : 60.83 g; T: 78.28 g; W: 318.15 g; w tym cukry: 57.02 g; Bł: 46.19 g; Sól: 5.11 g; Kw. tł.nas: 17.01 g;	E: 1856.35 kcal; : 76.67 g; T: 72.26 g; W: 229.37 g; w tym cukry: 46.22 g; Bł: 11.41 g; Sól: 4.17 g; Kw. tł.nas: 22.59 g;	E: 1587.49 kcal; : 84.18 g; T: 62.12 g; W: 181.73 g; w tym cukry: 31.66 g; Bł: 18.40 g; Sól: 1.61 g; Kw. tł.nas: 16.02 g;	

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	plynna - 13	bez mleka mix - 13/ML
2024-06-08 sobota	Śniadanie	płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor bez skórki 100 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	płatki żytnie na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	kisiel z tartym jabłkiem b/cukru 200 ml	sok owocowy 300 ml	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml		sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Barszcz czerwony z mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	jabłko gotowane 120 g	pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml
	Kolacja	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka z kappek z march i jabł i olejem 100 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 84 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z kappek z march i jabł i olejem 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE, JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml			maślanka(MLE,) 150 ml wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	maślanka(MLE,) 150 ml		
		E: 2046.28 kcal; : 64.22 g; T: 56.21 g; W: 337.36 g; w tym cukry: 112.99 g; Bł: 26.95 g; Sól: 4.28 g; Kw. tł.nas: 16.30 g;	E: 2011.95 kcal; : 63.26 g; T: 57.28 g; W: 323.83 g; w tym cukry: 104.06 g; Bł: 19.35 g; Sól: 4.18 g; Kw. tł.nas: 16.95 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2068.65 kcal; : 68.18 g; T: 44.95 g; W: 362.44 g; w tym cukry: 111.92 g; Bł: 20.77 g; Sól: 4.63 g; Kw. tł.nas: 13.41 g;	E: 2039.02 kcal; : 61.06 g; T: 73.11 g; W: 308.63 g; w tym cukry: 75.68 g; Bł: 40.33 g; Sól: 4.78 g; Kw. tł.nas: 17.14 g;	E: 1959.92 kcal; : 79.06 g; T: 70.16 g; W: 263.56 g; w tym cukry: 49.73 g; Bł: 13.72 g; Sól: 4.13 g; Kw. tł.nas: 21.68 g;	E: 1519.10 kcal; : 86.59 g; T: 45.94 g; W: 199.20 g; w tym cukry: 35.59 g; Bł: 19.81 g; Sól: 1.64 g; Kw. tł.nas: 11.78 g;

	Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	szyńka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natk a+jog.nat. 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	szyńka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g jajko(JAJ,) 1 szt sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natk a+jog.nat. 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	szyńka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natk a+jog.nat.(MLE,) 100 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml biszkopty (5 szt) 20 g	szyńka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g jajko(JAJ,) 1 szt sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natk a+jog.nat. 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułka mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	galaretką owocową do picia 200 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	galaretką owocową do picia 200 ml	kefir(MLE,) 150 ml	sok owocowy 300 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml
	Obiad	selerowa z ziemniakami i zieleniną 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym 200 g kompot jabłkowy 250 ml		sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym 200 g kompot jabłkowy 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym 200 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	selerowa z ziemniakami i mięsem mix 350 ml herbata z cukrem 250 ml	selerowa z ziemniakami i mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	szyńka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	szyńka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 1 kromka 30 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml
	Kolacja	ser topiony(MLE) 50 g pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g pomidor bez skórki 100 g chleb pszenny 3 kromki 95 g masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g pomidor 100 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	ciasto drożdżowe z kruszonką(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 60 g			jabłko gotowane 120 g	jabłko 120 g		
		E: 2042.16 kcal; : 68.15 g; T: 69.92 g; W: 301.16 g; w tym cukry: 39.48 g; Bł: 23.68 g; Sól: 5.17 g; Kw. tł.nas: 18.55 g;	E: 2095.61 kcal; : 86.51 g; T: 67.98 g; W: 298.49 g; w tym cukry: 41.94 g; Bł: 19.10 g; Sól: 4.42 g; Kw. tł.nas: 15.26 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2061.91 kcal; : 80.44 g; T: 52.51 g; W: 333.66 g; w tym cukry: 43.38 g; Bł: 22.00 g; Sól: 5.23 g; Kw. tł.nas: 10.53 g;	E: 2022.82 kcal; : 88.74 g; T: 74.62 g; W: 268.88 g; w tym cukry: 38.94 g; Bł: 27.83 g; Sól: 5.09 g; Kw. tł.nas: 17.19 g;	E: 2128.26 kcal; : 83.89 g; T: 74.48 g; W: 290.84 g; w tym cukry: 45.49 g; Bł: 12.91 g; Sól: 4.30 g; Kw. tł.nas: 22.71 g;	E: 1584.59 kcal; : 86.77 g; T: 47.25 g; W: 215.27 g; w tym cukry: 30.57 g; Bł: 18.59 g; Sól: 1.11 g; Kw. tł.nas: 11.71 g;

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g masło (MLE) 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU JEĆZ, MLE,) 300 ml herbata owocowa z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml	
	II ŚN	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ, MLE) 100 ml			sok pomidorowy 330 ml	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ, MLE) 100 ml	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml Mała Pierogi leniwe (4 szt) z białym serem (GLU PSZE JAJ, MLEKO) 150 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot jabłkowy 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy 250 ml		pomidorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	
	PD					Budyń(GLU PSZ, MLE,) 150 ml	
	Kolacja	pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN	sok Kubuś 300 ml				kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,) 150 ml	
		E: 1392.47 kcal; : 37.00 g; T: 35.63 g; W: 238.59 g; w tym cukry: 25.08 g; Bł: 13.22 g; Sól: 2.79 g; Kw. tł.nas: 10.75 g;	E: 1786.91 kcal; : 57.03 g; T: 60.13 g; W: 265.67 g; w tym cukry: 48.17 g; Bł: 17.72 g; Sól: 3.21 g; Kw. tł.nas: 15.52 g;		E: 1963.70 kcal; : 81.60 g; T: 73.66 g; W: 250.46 g; w tym cukry: 39.32 g; Bł: 13.08 g; Sól: 5.29 g; Kw. tł.nas: 22.95 g;	E: 2228.59 kcal; : 84.46 g; T: 74.98 g; W: 316.83 g; w tym cukry: 85.06 g; Bł: 18.58 g; Sól: 4.16 g; Kw. tł.nas: 24.07 g;	

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	
2024-06-04 wtorek	Śniadanie		herbata owocowa z cukrem 250 ml szynka z kurczaka 100% (1 plaster) 20 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g	herbata owocowa z cukrem 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	herbata owocowa z cukrem 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g jajko(JAJ,) 1 szt sał.makaron.+march.+fasol.sz parag.+natk.pietr.+jog.nat.(ML E,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g		
	II ŚN		rogal maślany(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 1 szt		sok pomidorowy 330 ml	Szarlotka(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 140 g		
	Obiad		mala krem kalafiorowy z grzankami(GLU PSZ, SEL,MLE) 300 ml kotlet wiedeński z kurczaka(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 110 g kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot jabłkowy 250 ml	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ,SEL,MLE) 300 ml kotlet wiedeński z kurczaka(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 110 g kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot jabłkowy 250 ml	herbata z cukrem 250 ml krem kalafiorowy z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE) 350 ml	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ,SEL,MLE) 300 ml kotlet wiedeński z kurczaka(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 110 g kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot jabłkowy 250 ml		
	PD							
	Kolacja		ser biały (MLE) 70 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały (MLE) 70 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		
PN		sok owocowy 300 ml	Gruszka 1szt. 130 g		jogurt z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml			
		E: 1799.23 kcal; : 75.59 g; T: 51.93 g; W: 268.75 g; w tym cukry: 58.59 g; Bł: 21.03 g; Sól: 3.46 g; Kw. tł.nas: 10.90 g;	E: 2114.55 kcal; : 85.72 g; T: 60.89 g; W: 318.61 g; w tym cukry: 69.41 g; Bł: 25.97 g; Sól: 4.62 g; Kw. tł.nas: 13.03 g;	E: 1889.64 kcal; : 83.08 g; T: 57.30 g; W: 267.31 g; w tym cukry: 47.07 g; Bł: 12.86 g; Sól: 4.87 g; Kw. tł.nas: 18.59 g;	E: 2412.51 kcal; : 114.11 g; T: 82.87 g; W: 315.87 g; w tym cukry: 77.28 g; Bł: 26.93 g; Sól: 5.17 g; Kw. tł.nas: 23.68 g;			

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	
2024-06-05 środa	Śniadanie	ser biały (MLE) 70 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały (MLE) 70 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ZYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml		
	II ŚN	Banan 200 g			sok pomidorowy 330 ml	Banan 200 g		
	Obiad	Mała solferino z zieleniną(GLU PSZE, MLE) 175 ml naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ,MLE,JAJ) 260g 260 g kompot jabłkowy 250 ml	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot jabłkowy 250 ml		solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ,MLE,JAJ) 260g 260 g kompot jabłkowy 250 ml		
	PD							
	Kolacja	szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g ogórek kiszony bez skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g ogórek kiszony bez skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka z og. kiszongo bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml		
	PN	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml			kisiel b/cukru 150 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml		
	E: 1507.95 kcal; : 59.18 g; T: 42.48 g; W: 229.36 g; w tym cukry: 100.12 g; Bł: 10.63 g; Sól: 1.80 g; Kw. tł.nas: 15.44 g;	E: 1798.72 kcal; : 65.75 g; T: 51.97 g; W: 274.59 g; w tym cukry: 106.16 g; Bł: 11.76 g; Sól: 3.32 g; Kw. tł.nas: 14.01 g;	E: 1879.68 kcal; : 50.95 g; T: 52.13 g; W: 315.40 g; w tym cukry: 84.06 g; Bł: 18.54 g; Sól: 4.72 g; Kw. tł.nas: 12.30 g;	E: 2129.23 kcal; : 83.28 g; T: 73.18 g; W: 291.66 g; w tym cukry: 60.98 g; Bł: 13.80 g; Sól: 4.91 g; Kw. tł.nas: 22.78 g;	E: 2449.28 kcal; : 91.48 g; T: 72.49 g; W: 370.59 g; w tym cukry: 132.57 g; Bł: 19.05 g; Sól: 5.91 g; Kw. tł.nas: 24.92 g;			

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata zielona z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło (MLE) 10 g herbata zielona z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g pomidor bez skórki 100 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata zielona z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pi etr.+ olej rzep. 100 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata zielona z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml	
	II ŚN	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml			sok owocowy 330 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml	
	Obiad	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Racuchy z jabłkami (2 szt.)(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 250 g kompot jabłkowy 250 ml	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Racuchy z jabłkami (2 szt.)(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 250 g		jarzynowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g	
	PD					ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JĘCZ,GLU OW,MLE,SOJ OŻI) 50 g	
	Kolacja	ser biały (MLE) 70 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	dżem owocowy 25 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały (MLE) 70 g dżem owocowy 25 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN	sok owocowy 300 ml			Ciasto drożdżowe z jabłkami(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g		Ciasto drożdżowe z jabłkami(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g
		E: 1621.62 kcal; : 48.39 g; T: 55.09 g; W: 244.02 g; w tym cukry: 73.59 g; Bł: 11.61 g; Sól: 1.83 g; Kw. tł.nas: 15.83 g;	E: 1740.02 kcal; : 39.71 g; T: 54.85 g; W: 284.38 g; w tym cukry: 96.45 g; Bł: 11.87 g; Sól: 2.48 g; Kw. tł.nas: 13.96 g;	E: 2179.85 kcal; : 64.58 g; T: 68.14 g; W: 339.85 g; w tym cukry: 112.48 g; Bł: 16.28 g; Sól: 3.68 g; Kw. tł.nas: 17.79 g;	E: 1906.41 kcal; : 82.90 g; T: 61.00 g; W: 266.18 g; w tym cukry: 30.09 g; Bł: 10.98 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 19.93 g;	E: 2321.62 kcal; : 92.88 g; T: 82.98 g; W: 315.95 g; w tym cukry: 61.63 g; Bł: 17.00 g; Sól: 4.63 g; Kw. tł.nas: 25.25 g;	

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	
2024-06-07 piątek	Śniadanie	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor bez skórki 100 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g masło (MLE) 10 g herbata z cukrem 250 ml	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor bez skórki 100 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło (MLE) 10 g herbata z cukrem 250 ml		kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) ml herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło (MLE) 10 g herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml		
	II ŚN	Ciasto drożdżowo-kakaowe(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g pomarańcza (1szt) 330 g				sok pomidorowy 300 ml	Ciasto drożdżowo-kakaowe(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g pomarańcza (1szt) 330 g	
	Obiad	mały krupnik z zieleniną (GLU,JĘCZ,SEL,MLE) 175 ml Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g marchewka gotowana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml	herbata z cukrem 250 ml krupnik z mięsem mix(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml		
	PD						owsianka z jabłkami(GLU OW,MLE,) 300 ml	
	Kolacja	pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	grysis na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		
	PN	mus owocowy 200 g					kefir z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml	
			E: 1526.43 kcal; : 38.07 g; T: 50.01 g; W: 243.22 g; w tym cukry: 97.86 g; Bł: 24.24 g; Sól: 1.66 g; Kw. tł.nas: 12.95 g;	E: 1747.65 kcal; : 44.70 g; T: 49.80 g; W: 295.27 g; w tym cukry: 102.56 g; Bł: 30.06 g; Sól: 2.21 g; Kw. tł.nas: 12.83 g;	E: 1885.98 kcal; : 47.62 g; T: 55.87 g; W: 313.76 g; w tym cukry: 102.76 g; Bł: 30.98 g; Sól: 2.62 g; Kw. tł.nas: 14.27 g;	E: 1217.96 kcal; : 56.98 g; T: 49.66 g; W: 139.94 g; w tym cukry: 32.90 g; Bł: 7.92 g; Sól: 2.69 g; Kw. tł.nas: 14.97 g;	E: 2353.04 kcal; : 75.83 g; T: 72.72 g; W: 364.92 g; w tym cukry: 118.49 g; Bł: 33.88 g; Sól: 3.34 g; Kw. tł.nas: 23.50 g;	

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	
2024-06-08 sobota	Śniadanie	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ZYT, MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml			sok pomidorowy 330 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml		
	Obiad	Mała barszcz czerwony(GLU PSZE, MLE, SEL) 175 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml		barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ, SEL) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml		
	PD					biszkopty (5 szt) 20 g		
	Kolacja	szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	grysiak na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN	sok owocowy 300 ml			maślanka(MLE,) 150 ml			
		E: 1401.98 kcal; : 38.37 g; T: 39.76 g; W: 233.44 g; w tym cukry: 79.90 g; Bł: 11.19 g; Sól: 1.77 g; Kw. tł.nas: 10.97 g;	E: 1806.43 kcal; : 50.81 g; T: 45.31 g; W: 312.93 g; w tym cukry: 84.16 g; Bł: 15.11 g; Sól: 3.13 g; Kw. tł.nas: 11.97 g;	E: 2009.65 kcal; : 62.16 g; T: 61.84 g; W: 315.46 g; w tym cukry: 85.55 g; Bł: 15.68 g; Sól: 3.49 g; Kw. tł.nas: 16.43 g;	E: 1461.54 kcal; : 69.45 g; T: 51.42 g; W: 185.98 g; w tym cukry: 46.93 g; Bł: 11.19 g; Sól: 3.00 g; Kw. tł.nas: 16.62 g;	E: 2204.49 kcal; : 81.48 g; T: 62.63 g; W: 341.04 g; w tym cukry: 113.68 g; Bł: 19.25 g; Sól: 4.37 g; Kw. tł.nas: 20.42 g;	E: 2022.97 kcal; : 64.87 g; T: 58.42 g; W: 321.89 g; w tym cukry: 101.92 g; Bł: 18.31 g; Sól: 3.77 g; Kw. tł.nas: 17.07 g;	

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jęczm.+fasolka+march.+natk a+jog.nat. 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml mleko 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml		
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml			sok pomidorowy 330 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml		
	Obiad	Mała selerowa z ziemniakami(GLU PSZE,MLE) 175 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g kompot jabłkowy 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g kompot jabłkowy 250 ml		selerowa z ziemniakami i mięsem mix 350 ml herbata z cukrem 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym 200 g kompot jabłkowy 250 ml		
	PD					jabłko gotowane 120 g		
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały (MLE) 70 g pomidor bez skórki 100 g miód naturalny 25 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały (MLE) 70 g pomidor bez skórki 100 g miód naturalny 25 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g pomidor bez skórki 100 g jajko 1 szt masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml		
	PN	ciasto drożdżowe z kruszonką(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g					ciasto drożdżowe z kruszonką(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g	
		E: 1374.31 kcal; : 57.76 g; T: 43.81 g; W: 194.15 g; w tym cukry: 37.00 g; Bł: 10.63 g; Sól: 1.85 g; Kw. tł.nas: 10.32 g;	E: 1791.66 kcal; : 61.01 g; T: 46.20 g; W: 292.29 g; w tym cukry: 39.15 g; Bł: 12.58 g; Sól: 2.25 g; Kw. tł.nas: 10.05 g;	E: 1967.10 kcal; : 66.79 g; T: 47.14 g; W: 329.21 g; w tym cukry: 39.49 g; Bł: 14.42 g; Sól: 3.01 g; Kw. tł.nas: 10.25 g;	E: 2052.06 kcal; : 83.27 g; T: 73.20 g; W: 272.52 g; w tym cukry: 48.35 g; Bł: 14.12 g; Sól: 4.83 g; Kw. tł.nas: 22.77 g;	E: 2234.11 kcal; : 93.60 g; T: 72.27 g; W: 317.12 g; w tym cukry: 58.82 g; Bł: 20.56 g; Sól: 4.65 g; Kw. tł.nas: 17.67 g;		

SP ZOZ Leżajsk

ul. Leśna 22, 37-300, Leżajsk

Oznaczenia wskaźników odż.:

E - Wartość energ. [kcal],

- Białko ogółem,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

Kw. tł.nas - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Bł - Błonnik pokarmowy,

w tym cukry - suma cukrów prostych,