

		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
2024-07-01 poniedziałek	Śniadanie	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JEŹCZ,MLE,) 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JEŹCZ,MLE,) 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JEŹCZ,MLE,) 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g miód naturalny 25 g sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JEŹCZ,MLE,) 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	nektarynka 200 g		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	nektarynka 200 g		sok pomidorowy 300 ml
	Obiad	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ,SEL,MLE) 300 ml sznyceł wieprzowy(GLU PSZ,JAJ,) 120 g Pęczak(GLU JEŹCZ,) 200 g sur z czerw kap z jab i ceb, olej rzep. 120 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ,SEL,MLE) 300 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JEŹCZ,) 200 g marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 120 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 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 pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JEŹCZ,) 200 g marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 120 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ,SEL,MLE) 300 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JEŹCZ,) 200 g marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 120 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krem kalafiorowy z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE) 350 ml herbata bez cukru 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	
	Kolacja	konserwa rybna(GLU PSZ,RYB,) 75 g jajko(JAJ,) 1 szt pomidor 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt pomidor b/ skórki 50 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	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny 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	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor 50 g masło roślinne 10 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 bez cukru 250 ml
	PN	maślanka z mussem bananowym(MLE,) 150 ml			maślanka z mussem bananowym(MLE,) 150 ml	maślanka(MLE,) 150 ml	
		E: 2029.57 kcal; : 83.16 g; T: 71.97 g; W: 277.31 g; w tym cukry: 64.84 g; Bł: 30.47 g; Sól: 4.52 g; Kw. tł.nas: 16.56 g;	E: 2161.45 kcal; : 91.99 g; T: 77.22 g; W: 287.10 g; w tym cukry: 59.11 g; Bł: 24.59 g; Sól: 4.91 g; Kw. tł.nas: 20.47 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: 2072.09 kcal; : 79.01 g; T: 44.40 g; W: 351.29 g; w tym cukry: 60.85 g; Bł: 23.86 g; Sól: 4.21 g; Kw. tł.nas: 12.31 g;	E: 2037.98 kcal; : 90.67 g; T: 77.59 g; W: 259.38 g; w tym cukry: 46.90 g; Bł: 30.81 g; Sól: 4.70 g; Kw. tł.nas: 20.48 g;	E: 1847.19 kcal; : 84.76 g; T: 57.44 g; W: 255.56 g; w tym cukry: 33.52 g; Bł: 14.51 g; Sól: 4.86 g; Kw. tł.nas: 18.60 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA OGÓLNA

		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
2024-07-02 wtorek	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku 250 ml pasta wiosenna (twaróg+papryka+ogórek+por+rzodkiewka+szczypiorek) 90 g masło (MLE,) 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku 250 ml ser biały z koperkiem 80 g masło (MLE,) 15 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml		płatki jęczmienne na mleku 250 ml ser biały z koperkiem 80 g miód naturalny 25 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml	pasta wiosenna (twaróg+papryka+ogórek+por+rzodkiewka+szczypiorek) 90 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kasza manna na mleku z mussem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml			kasza manna na mleku z mussem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml nektarynka 200 g	jabłko 120 g	sok owocowy 300 ml
	Obiad	Zurek na kielbasie z ziemniakami(GLU ŻYT, GLU PSZ, SOJ, MLE,) 350 ml krokiety (2 szt) 200 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	Zurek na kielbasie z ziemniakami(GLU ŻYT, GLU PSZ, SOJ, MLE,) 350 ml makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ, MLE,) 350 g surówka z marchwi(MLE,) 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml		ziemniaczana z zieleciną 300 ml makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ, MLE,) 350 g surówka z marchwi(MLE,) 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	Zurek na kielbasie z ziemniakami(GLU ŻYT, GLU PSZ, SOJ, MLE,) 350 ml makaron orkiszowy z serem i szpinakiem(GLU PSZ, MLE) 350 g surówka z marchwi(MLE,) 150 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	PD					pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g	
	Kolacja	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki 60 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) 10 g chleb pszenny 2 kromki 68 g herbata z cukrem 250 ml		szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 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 graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grycik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	rogalik drożdżowy z marmoladą(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 60 g			biskopki (5 szt) 20 g	jogurt(MLE,) 150 ml	
		E: 1998.81 kcal; : 74.11 g; T: 69.69 g; W: 284.03 g; w tym cukry: 51.97 g; Bł: 24.74 g; Sól: 5.58 g; Kw. tł.nas: 22.16 g;	E: 2019.39 kcal; : 81.23 g; T: 61.75 g; W: 299.02 g; w tym cukry: 57.20 g; Bł: 21.97 g; Sól: 4.75 g; Kw. tł.nas: 22.79 g;		E: 2030.16 kcal; : 72.70 g; T: 32.11 g; W: 376.88 g; w tym cukry: 58.01 g; Bł: 22.82 g; Sól: 4.01 g; Kw. tł.nas: 9.98 g;	E: 2042.58 kcal; : 88.04 g; T: 79.21 g; W: 259.16 g; w tym cukry: 43.88 g; Bł: 39.70 g; Sól: 5.47 g; Kw. tł.nas: 21.19 g;	E: 2104.23 kcal; : 83.30 g; T: 74.88 g; W: 284.71 g; w tym cukry: 44.61 g; Bł: 13.44 g; Sól: 4.65 g; Kw. tł.nas: 22.84 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 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	płynna - 13
2024-07-03 środa	Śniadanie	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g sał. z soczewicą+jabł+ana+k.jagl.+m archew+groszek+kukur.+słone cz.+olej rzep.(GLU PSZ,ORZ,OZI,SEZ,GOR,SOJ,) 100 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g masło roślinne 10 g herbata zielona z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (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	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g miód naturalny 25 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pi etr.+ olej rzep. 100 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata zielona z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pi etr.+ olej rzep. 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata zielona b/cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	maślanka z pieczonym jabłkiem i cynamonem(MLE,) 150 ml	maślanka z pieczonym jabłkiem i cynamonem(MLE,) 150 ml ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JĘCZ,GLU OW,MLE,SOJ OZI) 50 g	biskopki (5 szt) 20 g	maślanka z pieczonym jabłkiem i cynamonem(MLE,) 150 ml wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	sok owocowy 300 ml
	Obiad	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml kotlet wiedeński z kurczaka(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 110 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g mizeria(MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	pomidorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml
	PD				jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g	
	Kolacja	ser topiony(MLE) 50 g pomidor 50 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 jajko(JAJ,) 1 szt pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml
PN		kisiel 150 ml		kisiel 150 ml	kisiel b/cukru 150 ml	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzuskowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13
2024-07-03 środa		E: 2030.17 kcal; : 89.74 g; T: 57.68 g; W: 302.44 g; w tym cukry: 74.28 g; Bł: 29.70 g; Sól: 5.34 g; Kw. tł.nas: 16.93 g;	E: 2082.48 kcal; : 97.11 g; T: 58.24 g; W: 306.32 g; w tym cukry: 76.69 g; Bł: 24.01 g; Sól: 5.00 g; Kw. tł.nas: 15.60 g;		E: 2170.95 kcal; : 89.53 g; T: 36.20 g; W: 382.51 g; w tym cukry: 70.41 g; Bł: 22.26 g; Sól: 5.05 g; Kw. tł.nas: 10.35 g;	E: 2021.95 kcal; : 104.60 g; T: 61.10 g; W: 278.30 g; w tym cukry: 61.64 g; Bł: 31.14 g; Sól: 5.89 g; Kw. tł.nas: 16.87 g;	E: 2025.55 kcal; : 82.46 g; T: 74.47 g; W: 265.24 g; w tym cukry: 28.76 g; Bł: 10.32 g; Sól: 4.37 g; Kw. tł.nas: 22.75 g;
	Śniadanie	płatki żytnie na mleku (GLU ŻYT, MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry) 35 g sałatka z soją, marchwią, kap. pekińską, słonecz., pest.dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr. 80 g masło roślinne 15 g Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	płatki żytnie na mleku (GLU ŻYT, MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem 80 g sał.makaron.+march.+fasol.sz parag.+natk.pietr.+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	płatki żytnie na mleku (GLU ŻYT, MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem 80 g sał.makaron.+march.+fasol.sz parag.+natk.pietr.+jog.nat. 100 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g sałatka z soją, marchwią, kap. pekińską, słonecz., pest.dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr. 80 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
2024-07-04 czwartek	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml	jabłko 120 g	sok owocowy 300 ml
	Obiad	Solferino z zieleniną 300 ml wątróbka drob.z cebulką smażoną 120 g sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z zieleniną 300 ml zapienkanka z makaronem i warzywami (GLU PSZ, SEL,) 230 g sos pomidorowy 100 ml kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml herbata bez cukru 250 ml	Solferino z zieleniną 300 ml zapienkanka z makaronem i warzywami (GLU PSZ, SEL,) 230 g sos pomidorowy 100 ml kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z zieleniną 300 ml zapienkanka z makaronem i warzywami (GLU ORKISZ, SEL,) 230 g sos pomidorowy 100 ml kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	solferino z mięsem mix 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml		pomidor 100 g chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g	
	Kolacja	szynka biała z indyka (3 plastry) (SOJ,) 50 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb mieszany 3 kromki (GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry) (SOJ,) 50 g 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 grysikowy na wodzie 300 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry) (SOJ,) 50 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry) (SOJ,) 50 g jajko (JAJ,) 1 szt jajko (JAJ,) 1 szt masło roślinne 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
	PN	Ciasto drożdżowe z rodzynkami (GLU PSZ, MLE, JAJ) 60 g			Banan 200 g	kefir (MLE,) 150 ml	
	E: 2114.95 kcal; : 82.19 g; T: 77.02 g; W: 288.03 g; w tym cukry: 56.69 g; Bł: 23.45 g; Sól: 7.01 g; Kw. tł.nas: 19.26 g;	E: 2157.98 kcal; : 68.08 g; T: 72.33 g; W: 324.75 g; w tym cukry: 58.87 g; Bł: 22.93 g; Sól: 4.72 g; Kw. tł.nas: 16.68 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: 1999.98 kcal; : 63.83 g; T: 58.06 g; W: 322.34 g; w tym cukry: 78.66 g; Bł: 24.16 g; Sól: 4.62 g; Kw. tł.nas: 13.46 g;	E: 2005.51 kcal; : 89.42 g; T: 78.36 g; W: 252.74 g; w tym cukry: 39.29 g; Bł: 40.65 g; Sól: 5.19 g; Kw. tł.nas: 17.86 g;	E: 1988.33 kcal; : 78.60 g; T: 74.17 g; W: 261.93 g; w tym cukry: 47.48 g; Bł: 13.37 g; Sól: 4.18 g; Kw. tł.nas: 22.74 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	
2024-07-05 piątek	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser topiony(MLE) 50 g sałatka śledziowo-ryżowa z groszkiem papryką, kukurydzą, cebulą szczypiorkiem z olejem(RYB,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata zielona z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g masło roślinne 15 g herbata zielona z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g miód naturalny 25 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata zielona z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt masło roślinne 15 g herbata zielona b/cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	jogurt z otrębami gryczanymi(MLE,) 150 ml	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	jogurt z otrębami gryczanymi(MLE,) 150 ml	sok owocowy 300 ml		
	Obiad	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml kotlet mielony z ryby(GLU PSZ,RYB,JAJ,) 130 g kapusta zasmażana(GLU PSZ,) 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	pomidorowa z makaronem i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 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	
	Kolacja	sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+nat.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 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	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 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
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	jabłko 120 g	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 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	płynna - 13
2024-07-06 sobota	07-05 piątek	E: 2042.25 kcal; : 70.09 g; T: 72.80 g; W: 290.66 g; w tym cukry: 69.40 g; Bł: 31.48 g; Sól: 4.76 g; Kw. tł.nas: 21.81 g;	E: 1988.51 kcal; : 70.53 g; T: 60.71 g; W: 301.34 g; w tym cukry: 75.90 g; Bł: 26.75 g; Sól: 3.58 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: 2203.54 kcal; : 73.78 g; T: 41.08 g; W: 396.92 g; w tym cukry: 75.27 g; Bł: 28.20 g; Sól: 3.90 g; Kw. tł.nas: 12.02 g;	E: 2016.79 kcal; : 67.40 g; T: 70.27 g; W: 296.01 g; w tym cukry: 64.75 g; Bł: 36.64 g; Sól: 4.05 g; Kw. tł.nas: 16.93 g;	E: 1992.15 kcal; : 79.19 g; T: 75.16 g; W: 256.45 g; w tym cukry: 43.37 g; Bł: 9.40 g; Sól: 3.83 g; Kw. tł.nas: 22.97 g;
	Śniadanie	płatki żytnie na mleku (GLU ZYT, MLE,) 250 ml twarożek ze świeżą papryką (MLE,) 80 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	płatki żytnie na mleku (GLU ZYT, 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 ZYT, 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 ZYT, MLE,) 300 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
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną (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 zieloną (GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami (MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną (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	
	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		
	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 ZYT) 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
	PN	maślanka (MLE,) 150 ml			maślanka (MLE,) 150 ml wafel ryżowy 2 szt (SEZ,) 23 g	maślanka (MLE,) 150 ml	
		E: 2028.04 kcal; : 63.36 g; T: 56.02 g; W: 333.42 g; w tym cukry: 110.30 g; Bł: 26.34 g; Sól: 4.26 g; Kw. tł.nas: 16.25 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: 41.59 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;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 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	płynna - 13
2024-07-07 niedziela	Śniadanie	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g masło roślinne 10 g sałatka z groszku+marchew+olej+bazyli a 80 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 84 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli a 80 g masło roślinne 10 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	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g dżem owocowy 25 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli a 80 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli a 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml maślanka(MLE,) 150 ml	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml biszkopty (5 szt) 20 g	jabłko 120 g kefir(MLE,) 150 ml	sok pomidorowy 330 ml
	Obiad	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ, SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot z miąższem owocowym 250 ml		sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ, SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ, SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g brokuł got.-różyczki 100 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ, SEL,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml		jajko(JAJ,) 1 szt chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g	
	Kolacja	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 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 pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g ogórek świeży (plastry) 50 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 bez cukru 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	jabłko 120 g	
	E: 2067.56 kcal; : 106.60 g; T: 74.53 g; W: 256.81 g; w tym cukry: 59.25 g; Bł: 22.57 g; Sól: 4.36 g; Kw. tł.nas: 18.29 g;	E: 2046.83 kcal; : 112.96 g; T: 76.22 g; W: 241.95 g; w tym cukry: 65.86 g; Bł: 20.62 g; Sól: 4.57 g; Kw. tł.nas: 18.62 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: 2038.55 kcal; : 111.55 g; T: 58.48 g; W: 279.99 g; w tym cukry: 58.87 g; Bł: 21.98 g; Sól: 4.25 g; Kw. tł.nas: 14.95 g;	E: 2016.51 kcal; : 124.54 g; T: 74.35 g; W: 229.39 g; w tym cukry: 45.47 g; Bł: 30.17 g; Sól: 4.66 g; Kw. tł.nas: 19.84 g;	E: 1577.84 kcal; : 83.91 g; T: 67.24 g; W: 164.31 g; w tym cukry: 20.06 g; Bł: 10.20 g; Sól: 2.98 g; Kw. tł.nas: 19.52 g;	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA OGÓLNA

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	
2024-07-01 poniedziałek	Śniadanie	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa INKA na mleku b/cukru(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	szynka z kurczaka 100% (1 plaster) 20 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata owocowa z cukrem 250 ml	szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ, MLE,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka z kurczaka 100% (2plastry) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml	
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	nektarynka 200 g			sok owocowy 300 ml	nektarynka 200 g	
	Obiad	krem kalafiorowy z grzankami b/ śmietany(GLU PSZ, SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ, SEL, MLE) 300 ml jajko sadzone(JAJ,) 1 szt kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 120 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	mala krem kalafiorowy z grzankami(GLU PSZ, SEL, MLE) 175 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ, MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 120 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	krem kalafiorowy z grzankami b/ śmietany(GLU PSZ, SEL,) 300 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ, MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 120 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	krem kalafiorowy z grzankami (GLU PSZ, SEL, MLE) 300 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ, MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 120 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g				ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g	
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser topiony(MLE) 50 g pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, 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	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 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	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN		maślanka(MLE,) 150 ml	mus owocowy 200 g				maślanka z musem bananowym(MLE,) 150 ml
		E: 1508.55 kcal; : 87.68 g; T: 46.21 g; W: 195.20 g; w tym cukry: 33.89 g; Bł: 20.18 g; Sól: 1.78 g; Kw. tł.nas: 11.84 g;	E: 2047.74 kcal; : 89.79 g; T: 77.93 g; W: 262.16 g; w tym cukry: 41.99 g; Bł: 31.75 g; Sól: 5.93 g; Kw. tł.nas: 30.04 g;	E: 1497.52 kcal; : 53.75 g; T: 53.68 g; W: 210.02 g; w tym cukry: 65.94 g; Bł: 19.79 g; Sól: 2.32 g; Kw. tł.nas: 15.99 g;	E: 1834.29 kcal; : 67.65 g; T: 55.18 g; W: 279.23 g; w tym cukry: 77.68 g; Bł: 24.59 g; Sól: 3.17 g; Kw. tł.nas: 14.41 g;	E: 2059.98 kcal; : 83.56 g; T: 74.41 g; W: 273.69 g; w tym cukry: 29.43 g; Bł: 11.89 g; Sól: 4.26 g; Kw. tł.nas: 22.70 g;	E: 2282.49 kcal; : 89.71 g; T: 79.40 g; W: 317.21 g; w tym cukry: 68.77 g; Bł: 25.76 g; Sól: 4.88 g; Kw. tł.nas: 21.00 g;	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA OGÓLNA

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-07-02 wtorek	Śniadanie	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	pasta wiosenna (twaróg+papryka+ogórek+porzodkiewka+szczypiorek) 90 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały (MLE) 70 g herbata z cukrem 250 ml masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml ser biały (MLE) 70 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 300 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku 250 ml ser biały z koperkiem 80 g masło (10g) 10 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml mleko 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko 120 g	nektarynka 200 g pączek (1szt)(GLU PSZ ,JAJ,MLE,) 1 szt	pączek (1szt)(GLU PSZ ,JAJ,MLE,) 1 szt nektarynka 200 g	sok pomidorowy 330 ml	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml nektarynka 200 g
	Obiad	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Zurek na kielbasie z ziemniakami(GLU ŻYT,GLU PSZ,SOJ,MLE,) 350 ml makron orkiszowy z serem i szpinakiem(GLU ORKISZ, MLE) 350 g surówka z marchwi(MLE,) 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Zurek na kielbasie z ziemniakami(GLU ŻYT,GLU PSZ,SOJ,MLE,) 350 ml makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g surówka z marchwi(MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		ziemniaczana z mięsem mix 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Zurek na kielbasie z ziemniakami(GLU ŻYT,GLU PSZ,SOJ,MLE,) 350 ml makaron z serem(GLU PSZ,MLE,) 320 g surówka z marchwi(MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g				biszkopty (5 szt) 20 g
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany 300 ml herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 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	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g jajko 1 szt masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jogurt(MLE,) 150 ml		sok owocowy 300 ml		rogalik drożdżowy z marmoladą(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 60 g
			E: 1655.79 kcal; : 86.70 g; T: 55.23 g; W: 215.07 g; w tym cukry: 30.63 g; Bł: 18.37 g; Sól: 1.14 g; Kw. tł.nas: 13.82 g;	E: 2055.81 kcal; : 94.26 g; T: 77.01 g; W: 258.00 g; w tym cukry: 43.90 g; Bł: 39.70 g; Sól: 5.43 g; Kw. tł.nas: 25.07 g;	E: 1769.56 kcal; : 68.70 g; T: 47.10 g; W: 283.25 g; w tym cukry: 65.85 g; Bł: 17.85 g; Sól: 3.64 g; Kw. tł.nas: 16.72 g;	E: 2161.66 kcal; : 79.42 g; T: 64.87 g; W: 330.95 g; w tym cukry: 76.16 g; Bł: 21.17 g; Sól: 4.34 g; Kw. tł.nas: 25.91 g;	E: 2028.03 kcal; : 82.68 g; T: 73.60 g; W: 266.39 g; w tym cukry: 47.47 g; Bł: 14.65 g; Sól: 5.18 g; Kw. tł.nas: 22.90 g;

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-07-03 środa	Śniadanie	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	jajko(JAJ,) 1 szt ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sał. z soczewicą+jabł+ana+k.jagl.+m archew+groszek+kukur.+słone cz.+olej rzep.(GLU PSZ,ORZ,OZI,SEZ,GOR,SOJ,) 100 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt herbata zielona b/cukru 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) g dżem owocowy 25 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata zielona z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) g dżem owocowy 25 g masło roślinne 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 konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pi etr.+ olej rzep. 100 g masło (MLE) 10 g masło (MLE) 10 g mleko(MLE,) 200 ml chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g woda mineralna niegazowana 500 ml herbata zielona z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko 120 g	ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JĘCZ,GLU OW,MLE,SOJ OZI) 50 g		sok owocowy 300 ml	maślanka z pieczonym jabłkiem i cynamonem(MLE,) 150 ml
	Obiad	pomidorowa z ryżem z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Kotlet ziemniaczany z cebulką 2 szt (GLU PSZ, JAJ,) 150 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g ziemniaki z koperkiem 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Grysikowa 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 kotlet wiedeński z kurczaka(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 110 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g masło roślinne 15 g pomidor g				sok owocowy 300 ml
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ser topiony(MLE) 50 g pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	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	herbata z cukrem 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g jajko(JAJ,) 1 szt pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	herbata z cukrem 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g
	PN		kisiel b/cukru 150 ml		kisiel 150 ml		kisiel 150 ml

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA OGÓLNA

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
t-07-03 środa		E: 1563.53 kcal; : 106.22 g; T: 47.26 g; W: 186.32 g; w tym cukry: 31.67 g; Bł: 17.21 g; Sól: 1.85 g; Kw. tł.nas: 12.10 g;	E: 2028.86 kcal; : 80.99 g; T: 75.95 g; W: 271.73 g; w tym cukry: 62.68 g; Bł: 34.04 g; Sól: 6.06 g; Kw. tł.nas: 27.08 g;	E: 1713.02 kcal; : 63.29 g; T: 41.14 g; W: 284.03 g; w tym cukry: 101.27 g; Bł: 19.95 g; Sól: 2.56 g; Kw. tł.nas: 11.63 g;	E: 2075.39 kcal; : 81.98 g; T: 50.83 g; W: 335.49 g; w tym cukry: 101.87 g; Bł: 22.59 g; Sól: 3.88 g; Kw. tł.nas: 14.53 g;	E: 2036.08 kcal; : 82.80 g; T: 76.94 g; W: 262.23 g; w tym cukry: 29.25 g; Bł: 10.35 g; Sól: 4.27 g; Kw. tł.nas: 24.14 g;	E: 2334.31 kcal; : 97.30 g; T: 74.31 g; W: 334.47 g; w tym cukry: 85.18 g; Bł: 23.57 g; Sól: 5.20 g; Kw. tł.nas: 25.43 g;
	Śniadanie	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml		płatki żytnie na mleku(GLU ZYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem 80 g masło (MLE,) 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ZYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem 80 g sał.makaron.+march.+fasol.sz parag.+natk.pietr.+jog.nat. 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ZYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem 80 g sał.makaron.+march.+fasol.sz parag.+natk.pietr.+jog.nat. 100 g masło (MLE) 10 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml
2024-07-04 czwartek	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml		galaretka owocowa do picia 200 ml		sok owocowy 300 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	Solferino z miesem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml		Solferino z zielenią 300 ml zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g sos pomidorowy 100 ml kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Solferino z zielenią 300 ml zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g sos pomidorowy 100 ml kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml					Banan 200 g
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml		kielbasa wieprzowa 100%(2 plastry) 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		grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 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
PN			sałatka owocowa z anansem, bananem i jabłkiem 200 g			Ciasto drożdżowe z rodzynkami(GLU PSZ,MLE,JAJ) 60 g	
		E: 1610.16 kcal; : 107.69 g; T: 47.25 g; W: 197.70 g; w tym cukry: 33.34 g; Bł: 19.53 g; Sól: 1.82 g; Kw. tł.nas: 12.07 g;	E: 1745.62 kcal; : 50.08 g; T: 57.26 g; W: 262.06 g; w tym cukry: 68.24 g; Bł: 20.13 g; Sól: 3.50 g; Kw. tł.nas: 20.31 g;	E: 1913.04 kcal; : 55.92 g; T: 57.87 g; W: 298.42 g; w tym cukry: 71.24 g; Bł: 23.48 g; Sól: 3.96 g; Kw. tł.nas: 15.10 g;	E: 2131.23 kcal; : 83.86 g; T: 74.46 g; W: 291.44 g; w tym cukry: 45.38 g; Bł: 12.57 g; Sól: 4.34 g; Kw. tł.nas: 22.72 g;	E: 2309.33 kcal; : 72.59 g; T: 74.22 g; W: 353.49 g; w tym cukry: 96.39 g; Bł: 24.66 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 26.44 g;	

	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	
2024-07-05 piątek	Śniadanie	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser topiony(MLE) 50 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jo gurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata zielona b/cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml masło (MLE) 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata zielona z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g dżem owocowy 25 g masło (MLE) 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata zielona 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 ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jo gurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g masło (MLE) 10 g herbata zielona z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jogurt z otrębami gryczanymi(MLE,) 150 ml	ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g	sok owocowy 300 ml	jogurt z otrębami gryczanymi(MLE,) 150 ml	
	Obiad	pomidorowa z ryżem z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml placki ziemniaczane (2 szt)(GLU PSZ, JAJ,) 240 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	Mała pomidorowa z ryżem(GLU PSZE, MLE) 175 ml pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g małe młode ziemniaki z koperkiem 70 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	herbata z cukrem 250 ml pomidorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g				ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+ nat.pietr.+jog.nat.(SEL, JAJ, ML E,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g jajko(JAJ,) 1 szt 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(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
PN		jabłko 120 g		sok Kubuś 300 ml		jabłko gotowane 120 g	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA OGÓLNA

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
07-05 piątek		E: 1541.73 kcal; : 85.34 g; T: 47.24 g; W: 204.64 g; w tym cukry: 28.81 g; Bł: 16.00 g; Sól: 1.18 g; Kw. tł.nas: 11.75 g;	E: 2005.78 kcal; : 56.83 g; T: 72.72 g; W: 299.54 g; w tym cukry: 58.70 g; Bł: 41.47 g; Sól: 5.08 g; Kw. tł.nas: 17.96 g;	E: 1660.35 kcal; : 44.80 g; T: 50.84 g; W: 264.05 g; w tym cukry: 52.23 g; Bł: 16.57 g; Sól: 3.07 g; Kw. tł.nas: 13.93 g;	E: 2243.38 kcal; : 74.83 g; T: 64.83 g; W: 350.07 g; w tym cukry: 95.47 g; Bł: 20.79 g; Sól: 3.64 g; Kw. tł.nas: 19.55 g;	E: 1316.80 kcal; : 58.20 g; T: 50.78 g; W: 162.93 g; w tym cukry: 30.13 g; Bł: 5.52 g; Sól: 2.32 g; Kw. tł.nas: 14.93 g;	E: 2389.16 kcal; : 92.33 g; T: 76.40 g; W: 347.17 g; w tym cukry: 85.70 g; Bł: 28.65 g; Sól: 4.43 g; Kw. tł.nas: 24.88 g;
2024-07-06 sobota	Śniadanie	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 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 pomidor bez skórki 100 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	płatki żytnie na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE,) 300 ml 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 jajko(JAJ,) 1 szt 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
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	kisiel z tartym jabłkiem b/cukru 200 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml		sok pomidorowy 330 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ, SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zielenią(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 zielenią(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 zielenią(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g				biszkopty (5 szt) 20 g
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałatka z kappek z march i jabł i olejem 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 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 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	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
PN		maślanka(MLE,) 150 ml	sok owocowy 300 ml			maślanka(MLE,) 150 ml	
		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;	E: 2058.86 kcal; : 68.24 g; T: 64.76 g; W: 321.56 g; w tym cukry: 75.77 g; Bł: 43.69 g; Sól: 4.70 g; Kw. tł.nas: 20.21 g;	E: 1718.71 kcal; : 47.92 g; T: 44.84 g; W: 294.47 g; w tym cukry: 83.99 g; Bł: 14.19 g; Sól: 2.75 g; Kw. tł.nas: 11.87 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: 1883.72 kcal; : 78.44 g; T: 68.88 g; W: 245.24 g; w tym cukry: 52.59 g; Bł: 14.93 g; Sól: 4.66 g; Kw. tł.nas: 21.74 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;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA OGÓLNA

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-07-07 niedziela	Śniadanie	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko 120 g	galaretka owocowa do picia 200 ml		sok pomidorowy 330 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z zieleniną b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml kluski śląskie z jabłkiem (6 szt) 300 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z mięszem owocowym 250 ml
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	jajko(JAJ,) 1 szt chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g masło roślinne 10 g				sok owocowy 300 ml
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 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 pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g			jabłko gotowane 120 g
			E: 1599.04 kcal; : 85.14 g; T: 62.05 g; W: 183.24 g; w tym cukry: 31.36 g; Bł: 17.31 g; Sól: 1.63 g; Kw. tł.nas: 16.00 g;	E: 2025.84 kcal; : 62.87 g; T: 77.26 g; W: 281.31 g; w tym cukry: 44.82 g; Bł: 25.12 g; Sól: 3.35 g; Kw. tł.nas: 22.80 g;	E: 1781.24 kcal; : 98.48 g; T: 64.17 g; W: 210.62 g; w tym cukry: 55.91 g; Bł: 16.85 g; Sól: 2.81 g; Kw. tł.nas: 18.02 g;	E: 1998.24 kcal; : 104.83 g; T: 80.47 g; W: 226.91 g; w tym cukry: 59.06 g; Bł: 20.48 g; Sól: 3.74 g; Kw. tł.nas: 19.85 g;	E: 1577.84 kcal; : 83.91 g; T: 67.24 g; W: 164.31 g; w tym cukry: 20.06 g; Bł: 10.20 g; Sól: 2.98 g; Kw. tł.nas: 19.52 g;

2024-07-01 poniedziałek		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
Śniadanie		
II ŚN		
Obiad		
PD		
Kolacja		
PN		

2024-07-02 wtorek	
Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	
Śniadanie	
II ŚN	
Obiad	
PD	
Kolacja	
PN	

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-07-03 środa	Śniadanie	szynka konserwowa drobiowa (1 plaster)((SOJ,) 20 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata zielona z cukrem 250 ml
	II ŚN	ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g
	Obiad	Mała pomidorowa z ryżem(GLU PSZE, MLE) 175 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ, SEL, MLE,) 130 g małe młode ziemniaki z koperkiem 70 g marchewka oprószana(GLU PSZ, MLE,) 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD	
	Kolacja	herbata z cukrem 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g
PN	kisiel 150 ml	

2024-07-03 środa		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
		E: 1287.65 kcal; : 59.26 g; T: 39.14 g; W: 183.93 g; w tym cukry: 61.37 g; Bł: 14.81 g; Sól: 2.48 g; Kw. tł.nas: 10.82 g;
2024-07-04 czwartek	Śniadanie	ser biały z koperkiem 80 g masło (MLE,) 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	Solferino z zieleniną 300 ml zapiekanek z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g sos pomidorowy 100 ml kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	
	Kolacja	kielbasa wieprzowa 100%(2 plastry) 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	sałatka owocowa z ananase, bananem i jabłkiem 200 g
		E: 1465.40 kcal; : 38.79 g; T: 51.99 g; W: 213.15 g; w tym cukry: 55.89 g; Bł: 16.31 g; Sól: 2.48 g; Kw. tł.nas: 17.61 g;

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-07-05 piątek	Śniadanie	ser biały (MLE) 70 g masło (MLE) 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata zielona z cukrem 250 ml
	II ŚN	mus owocowy 200 g
	Obiad	Mała pomidorowa z ryżem(GLU PSZE,MLE) 175 ml pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g sos koperkowy b/śmietany(GLU PSZ,) 100 ml małe ziemniaki z koperkiem 70 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	
	Kolacja	jajko(JAJ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g
	PN	jabłko gotowane 120 g

-07-05 piątek		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
		E: 1495.94 kcal; : 55.13 g; T: 52.29 g; W: 208.36 g; w tym cukry: 76.04 g; Bł: 14.77 g; Sól: 2.57 g; Kw. tł.nas: 15.40 g;
2024-07-06 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
	II ŚN	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
	PD	
	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
	PN	sok owocowy 300 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;

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-07-07 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
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g małe młode ziemniaki z koperkiem 70 g kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD	
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml
	PN	jablko gotowane 120 g
		E: 1543.78 kcal; : 91.76 g; T: 69.48 g; W: 145.83 g; w tym cukry: 54.17 g; Bł: 12.67 g; Sól: 2.48 g; Kw. tł.nas: 18.46 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,