

	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	bezglutenowa - 2/GL	
2024-09-02 poniedziałek	Śniadanie	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło roślinne 15 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g chleb bezglutenowy 2 kromki 30 g woda mineralna niegazowana 500 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g sucharki 22,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> )	jabłko pieczone z cynamonem 120 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Pomidorowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makaron orkiszowy z serem i szpinakiem( GLU ORKISZ, MLE) 350 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) kompot owocowy b/cukru 250 ml	pomidorowa z ryżem b/ mąki pszennej(SEL,MLE,) 350 ml ( <b>SEL,</b> ) makaron bezglut. z serem i szpinakiem 350 g ( <b>MLE,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml		szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )	miód naturalny 25 g miód naturalny 25 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g
	Kolacja	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat( GLU PSZE, MLE,) 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 84 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat( GLU PSZE, MLE,) 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat( GLU PSZE, MLE,) 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat( GLU PSZE, MLE,) 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb bezglutenowy 2 kromki 30 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml
	PN	rogalik drożdżowy z marmoladą(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> )			biszkopty (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ,</b> )	jogurt(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	jogurt(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> ) sok owocowy 300 ml

		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	bezglutenowa - 2/GL
2024-09-02 poniedziałek		E: 2136.35 kcal; : 72.29 g; T: 83.98 g; W: 284.90 g; w tym cukry: 57.41 g; Bł: 24.16 g; Sól: 4.02 g; Kw. tł.nas: 23.39 g;	E: 2087.51 kcal; : 81.98 g; T: 67.59 g; W: 298.59 g; w tym cukry: 58.27 g; Bł: 21.08 g; Sól: 3.96 g; Kw. tł.nas: 19.08 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: 2078.62 kcal; : 80.67 g; T: 56.09 g; W: 322.61 g; w tym cukry: 56.50 g; Bł: 20.76 g; Sól: 3.81 g; Kw. tł.nas: 16.44 g;	E: 1997.60 kcal; : 88.25 g; T: 70.52 g; W: 263.21 g; w tym cukry: 37.94 g; Bł: 39.71 g; Sól: 5.34 g; Kw. tł.nas: 19.66 g;	E: 2020.79 kcal; : 63.35 g; T: 77.06 g; W: 269.91 g; w tym cukry: 60.80 g; Bł: 25.42 g; Sól: 4.57 g; Kw. tł.nas: 19.74 g;
	Śniadanie	połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <b>GLU, SOJ,</b> ) sałatka z fas. JAŚ, march. i kap. pekińską 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cytryną i cukrem 250 ml	połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <b>GLU, SOJ,</b> ) sał.makaron.+march.+fasol.sz parag.+natk.pietr.+jog.nat.(ML E,) 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <b>GLU, SOJ,</b> ) sał.makaron.+march.+fasol.sz parag.+natk.pietr.+jog.nat.(ML E,) 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sałatka z fas. JAS, march. i kap. pekińską 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cytryną b/ cukru 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sał.makaron bezglut.+march. fasol.szp.+na t.pietr.+olej 100 g masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g woda mineralna niegazowana 500 ml herbata z cukrem 250 ml Banan 200 g
2024-09-03 wtorek	II ŚN	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )		sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	jabłko 120 g	
	Obiad	Rosolnik z kaszą jaglaną i natk.pietr.(SEL,) 350 ml ( <b>SEL,</b> ) kotlet schabowy(GLU PSZ,MLE JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i natk.pietr.(SEL,) 350 ml ( <b>SEL,</b> ) schab pieczony 80 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i natk.pietr.(SEL,) 350 ml ( <b>SEL,</b> ) schab pieczony 80 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i natk.pietr.(SEL,) 350 ml ( <b>SEL,</b> ) schab pieczony 80 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) fasolka szparagowa z olejem i bazylią 90 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i natk.pietr.(SEL,) 350 ml ( <b>SEL,</b> ) schab pieczony 80 g sos pieczeniowy b/ mąki przennej(MLE) 100 ml ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> )	pomidor 100 g masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )	
Kolacja	twarożek ze świeżym ogórkiem(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżym ogórkiem(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml	

		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	bezglutenowa - 2/GL
2024-09-03 wtorek	PN	kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )			kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )		kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> ) sok owocowy 300 ml
		E: 2019.70 kcal; : 99.07 g; T: 58.92 g; W: 289.28 g; w tym cukry: 77.88 g; Bł: 33.40 g; Sól: 4.28 g; Kw. tł.nas: 15.11 g;	E: 2050.52 kcal; : 99.60 g; T: 57.57 g; W: 295.28 g; w tym cukry: 78.21 g; Bł: 23.01 g; Sól: 4.20 g; Kw. tł.nas: 15.82 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: 2039.64 kcal; : 106.64 g; T: 45.71 g; W: 311.82 g; w tym cukry: 74.84 g; Bł: 22.14 g; Sól: 4.94 g; Kw. tł.nas: 14.69 g;	E: 1997.62 kcal; : 101.85 g; T: 58.67 g; W: 284.21 g; w tym cukry: 39.99 g; Bł: 38.22 g; Sól: 5.16 g; Kw. tł.nas: 15.86 g;	E: 2085.91 kcal; : 84.17 g; T: 69.14 g; W: 288.21 g; w tym cukry: 88.11 g; Bł: 33.64 g; Sól: 4.61 g; Kw. tł.nas: 14.94 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	bezglutenowa - 2/GL
2024-09-04 środa	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) pomidor bez skórki 100 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) ser topiony(MLE) 50 g ( <b>MLE,</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	maślanka z mussem bananowym 150 ml ( <b>MLE,</b> )		sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	maślanka z mussem bananowym 150 ml ( <b>MLE,</b> )	maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	maślanka z mussem bananowym 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Gołąbki jarskie z ryżem i warzywami (2 szt.) 350 g ( <b>SEL,</b> ) sos pieczarkowy 100 ml ( <b>GLU,</b> ) kompot z mięszem owocowym 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z warzywami 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot z mięszem owocowym 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z warzywami 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot z mięszem owocowym 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	solferino z mąką kukurydzianą(SEL,MLE,) 350 ml ( <b>SEL,</b> ) rizotto z warzywami 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy z mąką kukurydzianą(SEL,MLE,) 100 ml ( <b>SEL,</b> ) kompot z mięszem owocowym 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	miód naturalny 25 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> )	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )	
	Kolacja	ser topiony 50 g ( <b>MLE,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) ser biały z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	jabłko 120 g	Banan 200 g
	E: 2002.67 kcal; : 68.86 g; T: 63.56 g; W: 307.94 g; w tym cukry: 76.05 g; Bł: 39.56 g; Sól: 5.60 g; Kw. tł.nas: 19.24 g;	E: 2004.78 kcal; : 82.41 g; T: 53.46 g; W: 309.69 g; w tym cukry: 65.90 g; Bł: 22.58 g; Sól: 5.00 g; Kw. tł.nas: 16.76 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: 2026.35 kcal; : 75.43 g; T: 35.92 g; W: 361.53 g; w tym cukry: 66.02 g; Bł: 22.18 g; Sól: 5.37 g; Kw. tł.nas: 12.39 g;	E: 2037.19 kcal; : 83.57 g; T: 59.76 g; W: 311.78 g; w tym cukry: 45.80 g; Bł: 41.74 g; Sól: 5.73 g; Kw. tł.nas: 16.75 g;	E: 2054.14 kcal; : 70.39 g; T: 73.27 g; W: 279.98 g; w tym cukry: 75.16 g; Bł: 31.59 g; Sól: 5.77 g; Kw. tł.nas: 22.62 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	bezglutenowa - 2/GL
Śniadanie	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) paszet drobiowy (1 szt) (GLU PSZ, SOJ, MLE,) 100 g ( <u>GLU, SOJ, MLE,</u> ) pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> )	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl) (SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> )	sucharki 28,5 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl) (SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) pomidor bez skórki 100 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> )	kawa zbożowa INKA na mleku b/cukru (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl) (SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> )	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl) (SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g woda mineralna niegazowana 500 ml herbata z cukrem 250 ml
II ŚN	kasza manna na mleku z musem truskawkowym (GLU PSZ, MLE) 100 ml ( <u>GLU, MLE,</u> )		sucharki 28,5 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	kasza manna na mleku z musem truskawkowym (GLU PSZ, MLE) 100 ml ( <u>GLU, MLE,</u> )	śliwka (2 szt) 80 g	jogurt naturalny (1 szt) (MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> ) mus owocowy 200 g
Obiad	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr. (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) sznyceł wieprzowy (GLU PSZ, JAJ,) 120 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ) kapusta zasmażana (GLU PSZ,) 150 g ( <u>GLU,</u> ) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr. (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) pulpet (JAJ,) 120 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ) sos pieczeniowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <u>GLU,</u> ) marchewka oprószana (GLU PSZ, MLE,) 150 g ( <u>GLU,</u> ) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml ( <u>GLU,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr. (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) pulpet (JAJ,) 120 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ) sos pieczeniowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <u>GLU,</u> ) marchewka oprószana (GLU PSZ, MLE,) 150 g ( <u>GLU,</u> ) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr. (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) sznyceł wieprzowy (GLU PSZ, JAJ,) 120 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ) kapusta zasmażana (GLU PSZ,) 150 g ( <u>GLU,</u> ) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	kalafiorowa z ryżem b/mąki pszennej (SEL, MLE,) 350 ml ( <u>SEL,</u> ) pulpet z m. ziemniaczaną (JAJ,) 90 g ( <u>JAJ,</u> ) sos pieczeniowy b/ mąki przennej (MLE) 100 ml marchewka gotowana (GLU PSZ, MLE,) 150 g ( <u>GLU,</u> ) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
PD			sucharki 28,5 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) 35 g ( <u>SOJ,</u> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU,</u> )	tomat 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka (GLU PSZ,) 30 g ( <u>GLU,</u> )	sok owocowy 300 ml
Kolacja	twarożek ze świeżą papryką (MLE,) 80 g ( <u>MLE,</u> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem (MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) jajko (JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml ( <u>GLU,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem (MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżą papryką (MLE,) 80 g ( <u>MLE,</u> ) jajko (JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem (MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) jajko (JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g herbata z cukrem 250 ml
PN	kisiel 150 ml			kisiel 150 ml	jabłko 120 g	kisiel 150 ml

09-05 czwartek	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	bezglutenowa - 2/GL
	E: 2040.94 kcal; : 80.12 g; T: 67.27 g; W: 291.05 g; w tym cukry: 73.23 g; Bł: 29.75 g; Sól: 4.46 g; Kw. tł.nas: 19.90 g;	E: 2066.50 kcal; : 92.19 g; T: 60.48 g; W: 299.95 g; w tym cukry: 75.98 g; Bł: 22.78 g; Sól: 5.01 g; Kw. tł.nas: 17.54 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: 2080.10 kcal; : 94.18 g; T: 45.39 g; W: 336.38 g; w tym cukry: 76.35 g; Bł: 24.62 g; Sól: 6.22 g; Kw. tł.nas: 13.40 g;	E: 2021.22 kcal; : 95.95 g; T: 67.18 g; W: 274.73 g; w tym cukry: 54.13 g; Bł: 35.39 g; Sól: 5.02 g; Kw. tł.nas: 17.60 g;	E: 2066.30 kcal; : 78.31 g; T: 67.53 g; W: 291.37 g; w tym cukry: 92.52 g; Bł: 31.01 g; Sól: 4.99 g; Kw. tł.nas: 17.02 g;
Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka śledziowo-ryżowa z groszkiem papryką, kukurydzą, cebulą szczypiorkiem z olejem(RYB,) 100 g ( <b>GLU, RYB, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) masło roślinne 10 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 ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) miód naturalny 25 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
2024-09-06 piątek						
II ŚN	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,) 50 g ( <b>GLU, JAJ,</b> )		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	jogurt(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	Banan 200 g jogurt(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	
Obiad	krupnik z nat.pietr (GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kotlet mielony z ryby(GLU PSZ,RYB,JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) surówka z kapusty kiszonej z olejem rzep. 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z nat.pietr (GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) 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 ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	krupnik z nat.pietr (GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z nat.pietr (GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) surówka z kapusty kiszonej z olejem rzep. 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	ryżowa b/ mąki pszennej(SEL,) 300 ml ( <b>SEL,</b> ) ryba pieczona 100 g ( <b>RYB,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml		pomidor 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> )	miód naturalny 25 g masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 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	bezglutenowa - 2/GL
2024-09-06 piątek	Kolacja	sałatka jarzyn. +og.kisz. +kukur. +jajko+ nat.pietr.+jog.nat.(SEL, JAJ, MLE, E.) 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g
		E: 2154.34 kcal; : 70.40 g; T: 76.71 g; W: 310.66 g; w tym cukry: 68.10 g; Bł: 34.46 g; Sól: 4.97 g; Kw. tł.nas: 16.78 g;	E: 2006.86 kcal; : 66.64 g; T: 59.67 g; W: 312.72 g; w tym cukry: 75.13 g; Bł: 26.49 g; Sól: 2.89 g; Kw. tł.nas: 12.54 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: 2052.64 kcal; : 73.27 g; T: 39.72 g; W: 359.05 g; w tym cukry: 70.32 g; Bł: 24.70 g; Sól: 3.04 g; Kw. tł.nas: 10.35 g;	E: 2018.62 kcal; : 69.28 g; T: 69.86 g; W: 296.54 g; w tym cukry: 46.24 g; Bł: 38.47 g; Sól: 4.90 g; Kw. tł.nas: 15.11 g;	E: 2128.20 kcal; : 69.52 g; T: 65.85 g; W: 317.71 g; w tym cukry: 99.97 g; Bł: 31.44 g; Sól: 3.47 g; Kw. tł.nas: 18.46 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 36. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-02 do dnia 2024-09-08 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	bezglutenowa - 2/GL	
2024-09-07 sobota	Śniadanie	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g Kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 15 g wafel ryżowy(SEZ,) 55 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g 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	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE,</b> ) kompot jabłkowy 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE,</b> ) kompot jabłkowy 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i mąką kukurydzianą (MLE,SEL,) 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE,</b> ) kompot jabłkowy 250 ml	
	PD		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	miód naturalny 25 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> )	jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> )		
	Kolacja	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g wafel ryżowy(SEZ,) 55 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )				maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )		
		E: 2012.40 kcal; : 71.30 g; T: 44.59 g; W: 342.79 g; w tym cukry: 99.66 g; Bł: 21.76 g; Sól: 4.47 g; Kw. tł.nas: 15.16 g;	E: 2025.82 kcal; : 71.60 g; T: 47.92 g; W: 336.34 g; w tym cukry: 99.15 g; Bł: 16.61 g; Sól: 4.37 g; Kw. tł.nas: 15.99 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: 2112.99 kcal; : 74.54 g; T: 36.57 g; W: 380.85 g; w tym cukry: 99.98 g; Bł: 16.76 g; Sól: 4.58 g; Kw. tł.nas: 13.34 g;	E: 1997.90 kcal; : 76.37 g; T: 60.75 g; W: 304.37 g; w tym cukry: 67.10 g; Bł: 38.29 g; Sól: 5.16 g; Kw. tł.nas: 17.24 g;	E: 2054.29 kcal; : 61.25 g; T: 54.55 g; W: 331.34 g; w tym cukry: 98.53 g; Bł: 15.37 g; Sól: 2.50 g; Kw. tł.nas: 16.80 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	bezglutenowa - 2/GL
2024-09-08 niedziela	Sniadanie	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ</b> ) sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g ( <b>GLU</b> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 84 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ</b> ) sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g ( <b>GLU</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ</b> ) sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ</b> ) sałatka z k.jęczm+fasol.szparag.+og.kisz+kuk.+kap.pek.+march.+jajko+pest.dyni+natka+jog.nat.(JAJ, MLE,) 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ</b> ) pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g woda mineralna niegazowana 500 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	jabłko 120 g	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g ćwikła 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <b>GLU</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	Ryżowa na rosole(SEL,) 300 ml ( <b>SEL</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki z mąką kukurydzianą(MLE,) 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml		pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU</b> )	sok owocowy 300 ml
	Kolacja	ser topiony(MLE) 50 g ( <b>MLE</b> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g
		E: 2025.85 kcal; : 102.32 g; T: 71.06 g; W: 255.20 g; w tym cukry: 53.99 g; Bł: 22.57 g; Sól: 5.25 g; Kw. tł.nas: 22.87 g;	E: 2014.17 kcal; : 114.95 g; T: 64.74 g; W: 253.28 g; w tym cukry: 55.90 g; Bł: 20.94 g; Sól: 4.61 g; Kw. tł.nas: 18.15 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: 1941.87 kcal; : 114.92 g; T: 56.74 g; W: 253.24 g; w tym cukry: 55.86 g; Bł: 20.94 g; Sól: 4.58 g; Kw. tł.nas: 16.33 g;	E: 2099.30 kcal; : 118.15 g; T: 76.62 g; W: 250.77 g; w tym cukry: 48.92 g; Bł: 35.01 g; Sól: 5.42 g; Kw. tł.nas: 20.74 g;	E: 2036.94 kcal; : 103.41 g; T: 77.16 g; W: 235.29 g; w tym cukry: 54.74 g; Bł: 27.66 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 19.07 g;

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-09-02 poniedziałek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <u>MLE,</u> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <u>MLE,</u> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g	sok owocowy 300 ml ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		
	Obiad	pomidorowa z makaronem i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g ( <u>GLU, MLE,</u> ) filet z drobiu gotowany 110 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	pomidorowa z makaronem i mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) makaron orkiszowy z serem i szpinakiem( GLU ORKISZ, MLE) 350 g ( <u>GLU, MLE,</u> ) kompot owocowy b/cukru 250 ml	Pomidorowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) makaron ze szpinakiem(GLU PSZ,) 300 g ( <u>GLU,</u> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g ( <u>GLU, MLE,</u> )
	PD			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )	pomidor 100 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <u>GLU,</u> )		
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat( GLU PSZE, MLE,) 80 g ( <u>GLU, MLE,</u> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <u>SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	jajko(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat( GLU PSZE, MLE,) 80 g ( <u>GLU, MLE,</u> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <u>GLU,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <u>SOJ,</u> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	
PN		rogalik drożdżowy z marmoladą(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 60 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )		jogurt(MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> )	rogalik drożdżowy z marmoladą(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 60 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> )		

02 poniedziałek		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
		E: 2122.36 kcal; : 83.76 g; T: 76.25 g; W: 284.30 g; w tym cukry: 43.65 g; Bł: 10.71 g; Sól: 4.40 g; Kw. tł.nas: 23.17 g;	E: 2195.31 kcal; : 105.63 g; T: 69.02 g; W: 298.59 g; w tym cukry: 58.27 g; Bł: 21.08 g; Sól: 4.11 g; Kw. tł.nas: 19.40 g;	E: 1545.88 kcal; : 86.09 g; T: 47.35 g; W: 204.75 g; w tym cukry: 28.71 g; Bł: 16.24 g; Sól: 1.20 g; Kw. tł.nas: 11.74 g;	E: 2000.82 kcal; : 85.72 g; T: 70.35 g; W: 267.49 g; w tym cukry: 40.45 g; Bł: 40.86 g; Sól: 4.08 g; Kw. tł.nas: 20.32 g;	E: 1401.71 kcal; : 48.73 g; T: 43.89 g; W: 208.93 g; w tym cukry: 42.02 g; Bł: 12.45 g; Sól: 2.41 g; Kw. tł.nas: 19.50 g;	E: 1825.27 kcal; : 74.80 g; T: 49.42 g; W: 278.84 g; w tym cukry: 54.35 g; Bł: 15.52 g; Sól: 3.43 g; Kw. tł.nas: 22.90 g;
Śniadanie		grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <u>GLU, SOJ,</u> ) sał.makaron.+march.+fasol.sz parag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g ( <u>GLU, MLE,</u> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ser topiony(MLE) 50 g ( <u>MLE,</u> ) sałatka z fas. JAŚ, march. i kap. pekińską 80 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <u>GLU,</u> ) herbata z cytryną b/ cukru 250 ml	połędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <u>GLU, SOJ,</u> ) pomidor bez skórki 100 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <u>GLU, SOJ,</u> ) sał.makaron.+march.+fasol.sz parag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g ( <u>GLU, MLE,</u> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml
II ŚN		sok owocowy 300 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> )	sok owocowy 300 ml ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )	jabłko 120 g	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> )	
2024-09-03 wtorek Obiad		Rosolnik z kaszą jaglaną i mięsem mix(SEL,) 350 ml ( <u>SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i natk.pietr.(SEL,) 350 ml ( <u>SEL,</u> ) schab pieczony 80 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <u>GLU,</u> ) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i mięsem mix(SEL,) 350 ml ( <u>SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	Ryżowa na rosole(SEL,) 300 ml ( <u>SEL,</u> ) jajko sadzone(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	Mały rosolnik z kaszą jaglaną i natk.pietr. (SEL) 175 ml ( <u>SEL,</u> ) schab pieczony 80 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <u>GLU,</u> ) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i natk.pietr.(SEL,) 350 ml ( <u>SEL,</u> ) schab pieczony 80 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <u>GLU,</u> ) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
PD				ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <u>GLU,</u> )		
Kolacja		grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <u>SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżym ogórkiem(MLE,) 80 g ( <u>MLE,</u> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło 200 g(MLE,) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło 200 g(MLE,) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-09-03 wtorek	PN		kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )		kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )	mus owocowy 200 g	
		E: 2090.74 kcal; : 82.65 g; T: 78.88 g; W: 271.74 g; w tym cukry: 43.65 g; Bł: 10.57 g; Sól: 4.30 g; Kw. tł.nas: 23.87 g;	E: 2245.22 kcal; : 129.37 g; T: 66.03 g; W: 295.28 g; w tym cukry: 78.21 g; Bł: 23.01 g; Sól: 4.39 g; Kw. tł.nas: 18.24 g;	E: 1691.67 kcal; : 85.59 g; T: 67.65 g; W: 196.25 g; w tym cukry: 28.81 g; Bł: 16.25 g; Sól: 1.17 g; Kw. tł.nas: 17.10 g;	E: 2062.00 kcal; : 78.97 g; T: 68.04 g; W: 303.25 g; w tym cukry: 58.86 g; Bł: 40.54 g; Sól: 5.57 g; Kw. tł.nas: 22.05 g;	E: 1756.19 kcal; : 83.57 g; T: 49.80 g; W: 253.07 g; w tym cukry: 96.05 g; Bł: 19.25 g; Sól: 3.09 g; Kw. tł.nas: 15.00 g;	E: 2104.12 kcal; : 96.78 g; T: 55.22 g; W: 316.99 g; w tym cukry: 97.84 g; Bł: 23.81 g; Sól: 4.10 g; Kw. tł.nas: 15.88 g;

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-09-04 środa	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (3 plastry)(MLE) 45 g ( <b>MLE,</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) pomidor bez skórki 100 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cytryną i cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło (MLE) 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cytryną i cukrem 250 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	maślanka z mussem bananowym 150 ml ( <b>MLE,</b> )	sok owocowy 300 ml ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )	maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	sok Kubuś 300 ml	
	Obiad	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z warzywami 200 g ( <b>SEL,</b> ) filet z drobiu gotowany 110 g sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot z mięszem owocowym 250 ml	Solferino z mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z warzywami 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot z mięszem owocowym 250 ml	
	PD			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )		
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <b>SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 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: 2111.62 kcal; : 105.98 g; T: 54.88 g; W: 309.52 g; w tym cukry: 65.84 g; Bł: 22.50 g; Sól: 5.15 g; Kw. tł.nas: 17.08 g;	E: 1588.36 kcal; : 86.81 g; T: 47.23 g; W: 216.02 g; w tym cukry: 30.48 g; Bł: 18.32 g; Sól: 1.15 g; Kw. tł.nas: 11.72 g;	E: 2096.01 kcal; : 85.81 g; T: 70.46 g; W: 299.46 g; w tym cukry: 43.32 g; Bł: 41.34 g; Sól: 5.53 g; Kw. tł.nas: 23.42 g;	E: 1686.60 kcal; : 64.73 g; T: 49.31 g; W: 254.41 g; w tym cukry: 55.81 g; Bł: 18.61 g; Sól: 3.48 g; Kw. tł.nas: 19.45 g;	E: 1995.13 kcal; : 77.23 g; T: 52.94 g; W: 312.87 g; w tym cukry: 57.19 g; Bł: 22.46 g; Sól: 4.75 g; Kw. tł.nas: 19.89 g;

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	
2024-09-05 czwartek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> )	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa INKA na mleku b/cukru(GLU ŻYT,GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) ser żółty (3 plastry)(MLE) 45 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> )	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) pomidor bez skórki 100 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> )		
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kasza manna na mleku z mussem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml ( <b>GLU, MLE,</b> )	sok owocowy 300 ml ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	kasza manna na mleku z mussem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml ( <b>GLU, MLE,</b> )		
	Obiad	kalafiorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	kalafiorowa z ryżem z mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) placki ziemniaczane (2 szt)(GLU PSZ,JAJ,) 240 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) kapusta zasmażana(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) kompot owocowy b/cukru 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )	tomat 100 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU,</b> )			
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <b>SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	
PN		kisiel 150 ml		jabłko 120 g	kisiel 150 ml			

09-05 czwartek		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
		E: 1933.59 kcal; : 82.65 g; T: 58.48 g; W: 278.72 g; w tym cukry: 44.51 g; Bł: 11.31 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 18.50 g;	E: 2331.52 kcal; : 111.04 g; T: 74.12 g; W: 317.25 g; w tym cukry: 76.02 g; Bł: 24.01 g; Sól: 5.42 g; Kw. tł.nas: 20.44 g;	E: 1532.08 kcal; : 85.51 g; T: 47.23 g; W: 202.58 g; w tym cukry: 29.30 g; Bł: 16.72 g; Sól: 1.09 g; Kw. tł.nas: 11.73 g;	E: 1994.95 kcal; : 77.25 g; T: 75.57 g; W: 267.18 g; w tym cukry: 52.74 g; Bł: 33.52 g; Sól: 4.38 g; Kw. tł.nas: 19.02 g;	E: 1722.99 kcal; : 67.74 g; T: 55.53 g; W: 248.33 g; w tym cukry: 72.05 g; Bł: 20.40 g; Sól: 3.53 g; Kw. tł.nas: 18.62 g;	E: 1915.86 kcal; : 84.57 g; T: 59.79 g; W: 270.61 g; w tym cukry: 75.69 g; Bł: 21.32 g; Sól: 4.02 g; Kw. tł.nas: 20.97 g;
Śniadanie		kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (3 plastry)(MLE) 45 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
II ŚN		sok owocowy 300 ml	jogurt(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> ) śliwka( 2szt) 80 g	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )		placek amerykański(GLU PSZ, JAJ,) 50 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) śliwka( 2szt) 80 g	
Obiad		krupnik z mięsem mix(GLU JEĆZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	krupnik z nat.pietr (GLU JEĆZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	krupnik z mięsem mix b/śmietany(GLU JEĆZ, SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	jogurt(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> ) placki ziemniaczane (2 szt)(GLU PSZ, JAJ,) 240 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	krupnik z nat.pietr (GLU JEĆZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g małe młode ziemniaki z koperkiem 70 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	krupnik z nat.pietr (GLU JEĆZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) 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 ( <b>GLU, SEL,</b> )	pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> )		

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-09-06 piątek	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL</b> ) masło roślinne 10 g jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <b>SEL</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+ nat.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ,MLE,) 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g	
		E: 1934.35 kcal; : 77.37 g; T: 73.56 g; W: 248.07 g; w tym cukry: 43.62 g; Bł: 10.31 g; Sól: 3.69 g; Kw. tł.nas: 22.54 g;	E: 2375.03 kcal; : 94.63 g; T: 76.99 g; W: 338.92 g; w tym cukry: 80.18 g; Bł: 28.56 g; Sól: 4.33 g; Kw. tł.nas: 17.44 g;	E: 1520.09 kcal; : 84.68 g; T: 47.40 g; W: 200.30 g; w tym cukry: 29.12 g; Bł: 17.24 g; Sól: 1.08 g; Kw. tł.nas: 11.74 g;	E: 1988.76 kcal; : 57.89 g; T: 82.72 g; W: 270.15 g; w tym cukry: 54.29 g; Bł: 35.84 g; Sól: 4.87 g; Kw. tł.nas: 18.23 g;	E: 1621.64 kcal; : 51.98 g; T: 55.39 g; W: 239.10 g; w tym cukry: 65.78 g; Bł: 20.60 g; Sól: 2.42 g; Kw. tł.nas: 13.60 g;	E: 2054.68 kcal; : 74.54 g; T: 67.98 g; W: 296.57 g; w tym cukry: 76.99 g; Bł: 23.60 g; Sól: 2.99 g; Kw. tł.nas: 18.60 g;



		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	
2024-09-07 sobota	Śniadanie	płatki ryżowe z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <u>MLE,</u> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g ( <u>MLE,</u> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) masło roślinne 10 g bułką zwykłą(GLU PSZ,) 1 szt ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) masło roślinne 15 g bułką zwykłą(GLU PSZ,) 1 szt ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> )	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )	kisiel z tartym jabłkiem b/cukru 200 ml jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> )	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml		
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL) 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <u>MLE,</u> ) filet z drobiu gotowany 110 g kompot jabłkowy 250 ml	Barszcz czerwony z mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <u>SEL,</u> ) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <u>MLE,</u> ) kompot jabłkowy 250 ml		
	PD			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> )	pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <u>GLU,</u> )			
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <u>SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ( <u>MLE,</u> ) chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <u>SOJ,</u> ) pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <u>SOJ,</u> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	
	PN		maślanka(MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> )		maślanka(MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> )	sok owocowy 300 ml		
			E: 1890.47 kcal; : 81.58 g; T: 54.53 g; W: 278.87 g; w tym cukry: 47.42 g; Bł: 12.18 g; Sól: 4.02 g; Kw. tł.nas: 17.32 g;	E: 2279.27 kcal; : 110.41 g; T: 55.79 g; W: 343.04 g; w tym cukry: 103.33 g; Bł: 16.61 g; Sól: 4.97 g; Kw. tł.nas: 19.20 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;	E: 2038.36 kcal; : 79.85 g; T: 66.01 g; W: 297.36 g; w tym cukry: 61.83 g; Bł: 34.71 g; Sól: 4.77 g; Kw. tł.nas: 22.18 g;	E: 1775.81 kcal; : 54.32 g; T: 39.48 g; W: 311.65 g; w tym cukry: 84.17 g; Bł: 15.03 g; Sól: 3.10 g; Kw. tł.nas: 12.06 g;	E: 1960.79 kcal; : 64.81 g; T: 55.82 g; W: 310.24 g; w tym cukry: 82.87 g; Bł: 14.45 g; Sól: 3.44 g; Kw. tł.nas: 16.47 g;

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	
2024-09-08 niedziela	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sałatka z k.jęczm+fasołka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g ( <b>GLU,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (3 plastry)(MLE) 45 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z k.jęczm+fazol.szparag.+og.kisz+kuk.+kap.pek.+march.+jajko+pest.dyni+natka+jog.nat.(JAJ, MLE,) 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml		
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml	sok pomidorowy 300 ml ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )	jabłko gotowane 120 g	galaretka owocowa do picia 200 ml		
	Obiad	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Ryżowa na rosole(SEL,) 300 ml ( <b>SEL,</b> ) jajko sadzone(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml		
	PD			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )			
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <b>SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser topiony(MLE) 50 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	
	PN						jabłko gotowane 120 g	
			E: 2074.31 kcal; : 82.82 g; T: 74.56 g; W: 277.05 g; w tym cukry: 43.34 g; Bł: 10.42 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 22.71 g;	E: 2014.17 kcal; : 114.95 g; T: 64.74 g; W: 253.28 g; w tym cukry: 55.90 g; Bł: 20.94 g; Sól: 4.61 g; Kw. tł.nas: 18.15 g;	E: 1597.24 kcal; : 85.06 g; T: 62.03 g; W: 182.86 g; w tym cukry: 31.10 g; Bł: 17.20 g; Sól: 1.58 g; Kw. tł.nas: 15.99 g;	E: 1984.48 kcal; : 70.96 g; T: 70.48 g; W: 285.34 g; w tym cukry: 48.55 g; Bł: 39.28 g; Sól: 6.78 g; Kw. tł.nas: 25.95 g;	E: 1716.75 kcal; : 103.12 g; T: 63.04 g; W: 192.24 g; w tym cukry: 55.21 g; Bł: 16.49 g; Sól: 3.20 g; Kw. tł.nas: 17.78 g;	E: 1804.47 kcal; : 106.01 g; T: 63.51 g; W: 210.70 g; w tym cukry: 55.38 g; Bł: 17.41 g; Sól: 3.58 g; Kw. tł.nas: 17.88 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-09-02 poniedziałek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE.</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło 200 g(MLE,) 10 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE.</b> )	
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g	
	Obiad	pomidorowa z makaronem i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g ( <b>GLU, MLE.</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD		biskopki (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )	
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jo gurt nat( GLU PSZE, MLE,) 80 g ( <b>GLU, MLE.</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	
PN		rogalik drożdżowy z marmoladą(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> )		

2024-09-02 poniedziałek		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
		E: 2122.36 kcal; : 83.76 g; T: 76.25 g; W: 284.30 g; w tym cukry: 43.65 g; Bł: 10.71 g; Sól: 4.40 g; Kw. tł.nas: 23.17 g;	E: 2340.96 kcal; : 91.75 g; T: 77.33 g; W: 330.07 g; w tym cukry: 68.07 g; Bł: 21.71 g; Sól: 4.14 g; Kw. tł.nas: 24.59 g;	
Śniadanie		grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <b>GLU, SOJ,</b> ) sał.makaron.+march.+fasol.sz parag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE,</b> ) woda mineralna niegazowana 500 ml	
II ŚN		sok owocowy 300 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	
2024-09-03 wtorek Obiad		Rosolnik z kaszą jaglaną i mięsem mix(SEL,) 350 ml ( <b>SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i natk.pietr.(SEL,) 350 ml ( <b>SEL,</b> ) schab pieczony 80 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
PD			ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JĘCZ,GLU OW,MLE,SOJ OZI) 50 g ( <b>GLU, MLE,</b> )	
Kolacja		grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE, JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	

2024-09-03 wtorek

	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
PN		kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )	
	E: 2090.74 kcal; : 82.65 g; T: 78.88 g; W: 271.74 g; w tym cukry: 43.65 g; Bł: 10.57 g; Sól: 4.30 g; Kw. tł.nas: 23.87 g;	E: 2437.82 kcal; : 110.57 g; T: 76.82 g; W: 340.65 g; w tym cukry: 88.07 g; Bł: 24.91 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 24.52 g;	

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-09-04 środa	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cytryną i cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE,</b> ) woda mineralna niegazowana 500 ml	
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	maślanka z musem bananowym 150 ml ( <b>MLE,</b> )	
	Obiad	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z warzywami 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot z miąższem owocowym 250 ml	
	PD		ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JĘCZ,GLU OW,MLE,SOJ OZI) 50 g ( <b>GLU, MLE,</b> )	
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	
	PN		jabłko gotowane 120 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: 2365.70 kcal; : 93.33 g; T: 72.55 g; W: 349.37 g; w tym cukry: 75.17 g; Bł: 25.29 g; Sól: 5.72 g; Kw. tł.nas: 25.48 g;	

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-09-05 czwartek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) pomidor bez skórki 100 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) mleko(MLE,) 200 ml ( <u>MLE,</u> ) woda mineralna niegazowana 500 ml	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <u>SOJ,</u> ) pomidor bez skórki 100 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <u>GLU,</u> )
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml ( <u>GLU, MLE,</u> )	
	Obiad	kalafiorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <u>GLU,</u> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <u>GLU,</u> ) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	mała kalafiorowa z makaronem i natk.pietr. 175 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <u>GLU,</u> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <u>GLU,</u> ) małe młode ziemniaki z koperkiem 70 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		biszkopty (5 szt) 20 g ( <u>GLU, JAJ,</u> )	
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	jajko(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml
PN		kisiel 150 ml		

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
09-05 czwartek		E: 1933.59 kcal; : 82.65 g; T: 58.48 g; W: 278.72 g; w tym cukry: 44.51 g; Bł: 11.31 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 18.50 g;	E: 2354.00 kcal; : 101.94 g; T: 74.02 g; W: 331.42 g; w tym cukry: 85.84 g; Bł: 23.41 g; Sól: 5.24 g; Kw. tł.nas: 25.78 g;	E: 1437.27 kcal; : 60.03 g; T: 54.72 g; W: 183.98 g; w tym cukry: 68.90 g; Bł: 15.40 g; Sól: 3.05 g; Kw. tł.nas: 18.48 g;
	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) masło (MLE) 10 g herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE,</b> ) woda mineralna niegazowana 500 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
2024-09-06 piątek	II ŚN	sok pomidorowy 300 ml	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,) 50 g ( <b>GLU, JAJ,</b> )	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,) 50 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) śliwka( 2szt) 80 g
	Obiad	herbata z cukrem 250 ml krupnik z mięsem mix(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )	krupnik z nat.pietr (GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z nat.pietr (GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g małe młode ziemniaki z koperkiem 70 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		biszkopty (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ,</b> )	



		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-09-06 piątek	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE, JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko gotowane 120 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: 2449.67 kcal; : 89.56 g; T: 78.03 g; W: 359.36 g; w tym cukry: 85.11 g; Bł: 27.85 g; Sól: 3.73 g; Kw. tł.nas: 22.57 g;	E: 1446.20 kcal; : 46.20 g; T: 54.45 g; W: 202.18 g; w tym cukry: 65.44 g; Bł: 18.76 g; Sól: 1.66 g; Kw. tł.nas: 13.40 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-09-07 sobota	Śniadanie	płatki ryżowe z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata owocowa z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE,</b> )	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE,</b> ) kompot jabłkowy 250 ml	Mała barszcz czerwony( GLU PSZE,MLE,SEL) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE,</b> ) kompot jabłkowy 250 ml
	PD		biszkopty (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ,</b> )	
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN		maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	sok owocowy 300 ml
			E: 1784.37 kcal; : 80.98 g; T: 53.25 g; W: 253.07 g; w tym cukry: 42.80 g; Bł: 13.39 g; Sól: 4.55 g; Kw. tł.nas: 17.38 g;	E: 2315.63 kcal; : 84.54 g; T: 72.71 g; W: 338.95 g; w tym cukry: 108.70 g; Bł: 15.78 g; Sól: 3.99 g; Kw. tł.nas: 23.88 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	
2024-09-08 niedziela	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sałatka z k.jęczm+faska+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g ( <b>GLU,</b> ) masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE,</b> )	szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) g ( <b>SOJ,</b> ) pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml		
	Obiad	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	mały rosół z makaronem i natk.pietr. 175 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	
	PD				
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	
	PN	jabłko gotowane 120 g			
		E: 1938.26 kcal; : 82.20 g; T: 73.28 g; W: 243.76 g; w tym cukry: 31.23 g; Bł: 11.63 g; Sól: 4.76 g; Kw. tł.nas: 22.77 g;	E: 2216.37 kcal; : 121.80 g; T: 76.91 g; W: 269.23 g; w tym cukry: 66.46 g; Bł: 20.17 g; Sól: 4.74 g; Kw. tł.nas: 22.33 g;	E: 1611.90 kcal; : 94.84 g; T: 62.69 g; W: 176.87 g; w tym cukry: 65.33 g; Bł: 19.42 g; Sól: 2.10 g; Kw. tł.nas: 17.76 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,*