

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2024-12-30 do dnia 2025-01-05 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
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml (MLE,) sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g kiełbasa wieprzowo50%-wołowa50%(2pl) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml (MLE,) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml (MLE,) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g (SOJ,) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (GLU,) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) pier.leniw z b.ser(8 szt)masłem i buł tartą (GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g (GLU, JAJ, MLE,) sur z czerw kap z jab i ceb, olej rzep. 120 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g (GLU, JAJ, MLE,) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g (GLU, JAJ, MLE,) marchewka gotowana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) Pierogi leniwe z b.ser.z m. pełnoziarnistą(GLU PSZ,ML,JAJ) 300 g (GLU, JAJ, MLE,) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g (GLU,)	
	Kolacja	konserwa rybna(GLU PSZ,RYB,) 75 g (RYB,) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały (MLE) 70 g (MLE,) miód naturalny 25 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml
	PN	kefir z truskawkami i otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml (GLU, MLE,)		kefir z truskawkami i otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml (GLU, MLE,)		

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2024-12-30 do dnia 2025-01-05 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
2-30 poniedziałek		E: 2010.56 kcal; : 64.86 g; T: 68.39 g; W: 296.93 g; w tym cukry: 71.84 g; Bł: 30.78 g; Sól: 3.61 g; Kw. tł.nas: 14.94 g;	E: 2086.90 kcal; : 73.72 g; T: 69.28 g; W: 306.62 g; w tym cukry: 73.50 g; Bł: 24.39 g; Sól: 3.90 g; Kw. tł.nas: 16.44 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: 2038.36 kcal; : 73.63 g; T: 55.17 g; W: 326.83 g; w tym cukry: 69.53 g; Bł: 25.11 g; Sól: 3.89 g; Kw. tł.nas: 13.16 g;	E: 2041.46 kcal; : 71.04 g; T: 76.65 g; W: 287.99 g; w tym cukry: 50.69 g; Bł: 34.37 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 15.84 g;
	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml (<u>MLE,</u>) sałata ryżowa+sał+mar+ceb+pap+rodz+kuk+grosz+jog nat (MLE,) 130 g (<u>MLE,</u>) szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g (<u>SEL,</u>) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml (<u>MLE,</u>) sałata ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g (<u>MLE,</u>) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (<u>SOJ,</u>) masło roślinne 10 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 ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml (<u>MLE,</u>) sałata ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g (<u>MLE,</u>) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (<u>SOJ,</u>) miód naturalny 25 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml	sałata ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g (<u>MLE,</u>) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (<u>SOJ,</u>) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (<u>GLU,</u>) herbata bez cukru 250 ml
2024-12-31 wtorek	II ŚN	kisiel 150 ml		sucharki 28,5 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) herbata bez cukru 250 ml	kisiel 150 ml	kisiel b/cukru 150 ml
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g (<u>GLU, MLE,</u>) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		sucharki 28,5 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) kleik grysikowy na wodzie 300 ml (<u>GLU,</u>) herbata bez cukru 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g (<u>GLU, MLE,</u>) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (<u>GLU,</u>) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) makaron orkiszowy z serem i szpinakiem(GLU ORKISZ, MLE) 350 g (<u>GLU, MLE,</u>) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owocowy b/cukru 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) herbata bez cukru 250 ml		pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (<u>GLU,</u>)
	Kolacja	sałata zielona (2 liście) 35 g ser topiony(MLE) 50 g (<u>MLE,</u>) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g 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	sucharki 28,5 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) kleik grysikowy na wodzie 300 ml (<u>GLU,</u>) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (<u>MLE,</u>) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(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

		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
2024-12-31 wtorek	P	jogurt(MLE,) 150 ml (MLE,)			jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml (MLE,)	jogurt(MLE,) 150 ml (MLE,)
	N	E: 2046.25 kcal; : 65.68 g; T: 58.14 g; W: 322.10 g; w tym cukry: 81.32 g; Bł: 31.21 g; Sól: 5.20 g; Kw. tł.nas: 22.09 g;	E: 2113.95 kcal; : 82.31 g; T: 57.15 g; W: 328.38 g; w tym cukry: 82.59 g; Bł: 24.66 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 18.07 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: 1990.32 kcal; : 80.90 g; T: 36.14 g; W: 346.69 g; w tym cukry: 77.72 g; Bł: 25.38 g; Sól: 4.71 g; Kw. tł.nas: 13.10 g;	E: 2086.26 kcal; : 85.47 g; T: 56.11 g; W: 325.07 g; w tym cukry: 58.52 g; Bł: 45.56 g; Sól: 5.77 g; Kw. tł.nas: 16.34 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2024-12-30 do dnia 2025-01-05 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	
2025-01-01 środa	Sniadanie	bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g kiełbasa szynkowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g (GLU, SOJ,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) dżem owocowy 25 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	
	II ŚN	Ciasto drożdżowe z jabłkami(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 60 g (GLU, JAJ, MLE,)	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml (MLE,)	jabłko 120 g		
	Obiad	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) pulpet(JAJ,) 80 g (GLU, JAJ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ, MLE,) 100 ml (GLU,) marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 150 g (GLU, MLE,) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) pulpet(JAJ,) 80 g (GLU, JAJ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ, MLE,) 100 ml (GLU,) ziemniaki z koperkiem 230 g marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 150 g (GLU, MLE,) kompot z miąższem owocowym 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) pulpet(JAJ,) 80 g (GLU, JAJ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ, MLE,) 100 ml (GLU,) fasolka szparagowa gotowana 90 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot z miąższem owocowym b/ cukru 250 ml		
	PD		sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml		pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g (GLU,)		
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ, MLE) 1 szt (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ, MLE) 1 szt (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	
	E: 2010.67 kcal; : 69.71 g; T: 59.01 g; W: 315.96 g; w tym cukry: 55.56 g; Bł: 36.79 g; Sól: 4.61 g; Kw. tł.nas: 12.72 g;	E: 2035.04 kcal; : 72.40 g; T: 58.20 g; W: 314.35 g; w tym cukry: 54.36 g; Bł: 21.79 g; Sól: 3.68 g; Kw. tł.nas: 12.27 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: 1907.00 kcal; : 68.92 g; T: 55.24 g; W: 291.44 g; w tym cukry: 47.79 g; Bł: 20.18 g; Sól: 3.40 g; Kw. tł.nas: 12.73 g;	E: 1521.51 kcal; : 59.53 g; T: 56.12 g; W: 208.67 g; w tym cukry: 36.75 g; Bł: 30.10 g; Sól: 3.33 g; Kw. tł.nas: 12.20 g;		

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2024-12-30 do dnia 2025-01-05 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	
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	pasta wiosenna (twaróg+papryka+ogórek+por+rzodkiewka+szczypiorek)(MLE,) 90 g (MLE,) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	Pomidor bez skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	Pomidor bez skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	pasta wiosenna (twaróg+papryka+ogórek+por+rzodkiewka+szczypiorek)(MLE,) 90 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)		
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, MLE, SEL,) hreczanki z kaszy gryczanej i mięsa (2 szt) ze szczypiorkiem(GLU PSZ,JAJ,) 200 g (GLU, JAJ,) sos pieczarkowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) surówka z kapusty pekińskiej 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, MLE, SEL,) hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g (GLU, JAJ,) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, MLE, SEL,) hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g (GLU, JAJ,) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, MLE, SEL,) hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g (GLU, JAJ,) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) surówka z kapusty pekińskiej 150 g kompot owocowy b/cukru 250 ml
	PD		sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml		jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ,) masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g (GLU,)	
	Kolacja	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml
	PN	galaretka owocowa do picia 200 ml			galaretka owocowa do picia 200 ml	jabłko 120 g
		E: 1571.73 kcal; : 76.59 g; T: 41.11 g; W: 238.03 g; w tym cukry: 50.75 g; Bł: 28.70 g; Sól: 4.31 g; Kw. tł.nas: 11.11 g;	E: 1654.69 kcal; : 76.58 g; T: 43.97 g; W: 249.56 g; w tym cukry: 50.42 g; Bł: 23.05 g; Sól: 4.60 g; Kw. tł.nas: 12.89 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: 1654.69 kcal; : 76.58 g; T: 43.97 g; W: 249.56 g; w tym cukry: 50.42 g; Bł: 23.05 g; Sól: 4.60 g; Kw. tł.nas: 12.89 g;	E: 1659.02 kcal; : 81.63 g; T: 57.77 g; W: 216.95 g; w tym cukry: 38.17 g; Bł: 30.07 g; Sól: 4.45 g; Kw. tł.nas: 15.60 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
2025-01-03 piątek	Śniadanie	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml (MLE,) papryka w kawałku 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g (RYB, MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,)	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml (MLE,) Pomidor bez skórki 50 g sałata zielona (2 liście) 35 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g (RYB, MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,)	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml (MLE,) Pomidor bez skórki 50 g sałata zielona (2 liście) 35 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g (RYB, MLE,) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,)	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml (MLE,) papryka w kawałku 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g (RYB, MLE,) masło roślinne 10 g Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 kg (GLU, SOJ, ORZ, SEZ,)
	II SN	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,) 50 g (GLU, JAJ,)		sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	biszkopty (5 szt) 20 g (GLU, JAJ,)	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml (MLE,)
	Obiad	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL,) łazanki(GLU PSZ,) 280 g (GLU,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL,) zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g (GLU, SEL,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml (GLU, SEL,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL,) zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g (GLU, SEL,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml (GLU, SEL,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL,) zapiekanka z makronem pełnoziarnistym i warzywami (GLU ORKISZ, SEL,) 230 g (GLU, SEL,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml (GLU, SEL,) kompot owocowy b/cukru 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	sok owocowy 300 ml	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka pełnoziarnista(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,)
	Kolacja	sałatka jarzyn +og.kisz.+kukur.+jajko+nat.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ,MLE,) 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	dżem owocowy 25 g sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml
PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	jabłko 120 g	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2024-12-30 do dnia 2025-01-05 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
2025-01-03 piątek		E: 2036.48 kcal; : 65.23 g; T: 59.62 g; W: 327.22 g; w tym cukry: 77.08 g; Bł: 39.21 g; Sól: 3.49 g; Kw. tł.nas: 11.66 g;	E: 2058.19 kcal; : 57.99 g; T: 67.03 g; W: 317.93 g; w tym cukry: 68.28 g; Bł: 31.05 g; Sól: 3.39 g; Kw. tł.nas: 13.53 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: 1984.38 kcal; : 56.23 g; T: 49.62 g; W: 342.43 g; w tym cukry: 60.78 g; Bł: 28.28 g; Sól: 3.17 g; Kw. tł.nas: 10.76 g;	E: 1957.66 kcal; : 62.31 g; T: 70.26 g; W: 279.55 g; w tym cukry: 52.21 g; Bł: 31.30 g; Sól: 4.28 g; Kw. tł.nas: 15.48 g;
	Śniadanie	sałatka z groszku+marchew+olej+bazylija 80 g twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g (<u>MLE,</u>) ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml	pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylija 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g 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	sucharki 28,5 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylija 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (<u>MLE,</u>) masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (<u>GLU,</u>)	sałatka z groszku+marchew+olej+bazylija 80 g twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g (<u>MLE,</u>) ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (<u>GLU,</u>) herbata bez cukru 250 ml
2025-01-04 sobota	II ŚN	kisiel 150 ml	sucharki 28,5 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) herbata bez cukru 250 ml	kisiel 150 ml	kisiel b/cukru 150 ml	
	Obiad	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 z miąższem owocowym 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	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 z miąższem owocowym 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>) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z miąższem owocowym b/ cukru 250 ml	
	PD		sucharki 28,5 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) herbata bez cukru 250 ml		pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g (<u>GLU,</u>)	

		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
2025-01-04 sobota	Kolacja	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ZYT) 120 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)		maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)		
		E: 2028.65 kcal; : 64.58 g; T: 53.69 g; W: 335.52 g; w tym cukry: 94.88 g; Bł: 31.94 g; Sól: 4.59 g; Kw. tł.nas: 13.52 g;	E: 2066.69 kcal; : 64.85 g; T: 54.40 g; W: 341.57 g; w tym cukry: 94.02 g; Bł: 28.18 g; Sól: 4.68 g; Kw. tł.nas: 13.55 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: 1912.08 kcal; : 59.81 g; T: 46.53 g; W: 322.43 g; w tym cukry: 91.96 g; Bł: 16.89 g; Sól: 3.72 g; Kw. tł.nas: 12.91 g;	E: 1991.39 kcal; : 66.02 g; T: 62.14 g; W: 313.83 g; w tym cukry: 68.26 g; Bł: 45.67 g; Sól: 4.91 g; Kw. tł.nas: 14.42 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2024-12-30 do dnia 2025-01-05 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
2025-01-05 niedziela	Sniadanie	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g (GLU,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 84 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g (GLU,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g (GLU,) szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g (GLU,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml
	II SN	galaretka owocowa do picia 200 ml		sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml	kefir(MLE,) 150 ml (MLE,)
	Obiad	Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml (GLU, SEL,) udko z kurczaka pieczone 200 g ćwikła 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml (GLU, SEL,) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g (GLU, MLE,) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml (GLU, SEL,) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g (GLU, MLE,) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml (GLU, SEL,) udko z kurczaka pieczone 200 g ziemniaki z koperkiem 250 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot z miąższem owocowym b/ cukru 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml		ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g (GLU,)
	Kolacja	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziółowym 100 g (MLE,) ser topiony(MLE) 50 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 84 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziółowym 100 g (MLE,) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziółowym 100 g (MLE,) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziółowym 100 g (MLE,) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	jabłko 120 g
	E: 2032.56 kcal; : 101.60 g; T: 73.55 g; W: 253.67 g; w tym cukry: 59.85 g; Bł: 31.07 g; Sól: 5.12 g; Kw. tł.nas: 22.96 g;	E: 1959.18 kcal; : 109.09 g; T: 66.83 g; W: 242.11 g; w tym cukry: 61.81 g; Bł: 24.71 g; Sól: 3.91 g; Kw. tł.nas: 18.13 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: 1974.82 kcal; : 115.79 g; T: 52.75 g; W: 272.09 g; w tym cukry: 62.01 g; Bł: 26.87 g; Sól: 4.86 g; Kw. tł.nas: 14.67 g;	E: 2016.58 kcal; : 116.06 g; T: 75.56 g; W: 233.28 g; w tym cukry: 43.23 g; Bł: 32.76 g; Sól: 4.31 g; Kw. tł.nas: 20.88 g;	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2024-12-30 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA OGÓLNA

		płynna - 13	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane na mleku z bułką mix(GLU PSZ,GLU OW,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g (SOJ,) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE,GLU OW) 250 ml (MLE,) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g				
	Obiad	pomidorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) Pierogi leniwe z b.ser.z m. pełnoziarnistą(GLU PSZ,ML,JAJ) 300 g (GLU, JAJ, MLE,) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) Mała Pierogi leniwe (4 szt) z białym serem (GLU PSZE JAJ, MLEKO) 150 g (GLU, JAJ, MLE,) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g (GLU, JAJ, MLE,) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD		pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g (GLU,)				
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	
PN		kefir z truskawkami i otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml (GLU, MLE,)	sok Kubaś 300 ml				

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2024-12-30 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA OGÓLNA

		płynna - 13	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	
2-30 poniedziałek		E: 1869.80 kcal; : 77.96 g; T: 73.90 g; W: 229.06 g; w tym cukry: 46.54 g; Bł: 13.89 g; Sól: 4.33 g; Kw. tł.nas: 22.92 g;	E: 2030.09 kcal; : 75.70 g; T: 75.34 g; W: 278.33 g; w tym cukry: 50.95 g; Bł: 36.02 g; Sól: 3.65 g; Kw. tł.nas: 18.45 g;	E: 1163.60 kcal; : 37.84 g; T: 37.37 g; W: 177.00 g; w tym cukry: 47.58 g; Bł: 15.08 g; Sól: 1.97 g; Kw. tł.nas: 12.57 g;	E: 1786.93 kcal; : 56.07 g; T: 60.13 g; W: 267.25 g; w tym cukry: 56.82 g; Bł: 20.86 g; Sól: 3.20 g; Kw. tł.nas: 15.48 g;	E: 2087.61 kcal; : 69.97 g; T: 69.12 g; W: 311.10 g; w tym cukry: 67.06 g; Bł: 23.88 g; Sól: 4.08 g; Kw. tł.nas: 18.29 g;	
	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g (MLE,) jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g (SOJ,) dżem owocowy 25 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) dżem owocowy 25 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) dżem owocowy 25 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	
2024-12-31 wtorek	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kisiel b/cukru 150 ml	kisiel 150 ml			
	Obiad	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, MLE, SEL,) makron orkiszowy z serem i szpinakiem(GLU ORKISZ, MLE) 350 g (GLU, MLE,) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała solferino z natk.pietr.(GLU PSZE, MLE) 175 ml (GLU, MLE, SEL,) makaron ze szpinakiem(GLU PSZ,) 300 g (GLU,) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, MLE, SEL,) makaron ze szpinakiem(GLU PSZ,) 300 g (GLU,) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD		pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (GLU,)				
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml		sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	

		płynna - 13	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-12-31 wtorek	PN		jogurt(MLE,) 150 ml (MLE,)	mus owocowy 200 g		
		E: 2001.02 kcal; : 79.29 g; T: 73.37 g; W: 263.59 g; w tym cukry: 45.10 g; Bł: 13.99 g; Sól: 3.77 g; Kw. tł.nas: 22.52 g;	E: 2088.67 kcal; : 87.52 g; T: 60.52 g; W: 311.95 g; w tym cukry: 57.73 g; Bł: 45.65 g; Sól: 4.58 g; Kw. tł.nas: 18.89 g;	E: 1347.48 kcal; : 37.94 g; T: 37.13 g; W: 222.83 g; w tym cukry: 85.73 g; Bł: 15.28 g; Sól: 1.96 g; Kw. tł.nas: 13.69 g;	E: 1549.42 kcal; : 45.39 g; T: 40.13 g; W: 260.81 g; w tym cukry: 87.95 g; Bł: 18.62 g; Sól: 2.83 g; Kw. tł.nas: 14.53 g;	E: 1776.46 kcal; : 52.88 g; T: 41.36 g; W: 308.61 g; w tym cukry: 88.40 g; Bł: 22.14 g; Sól: 3.83 g; Kw. tł.nas: 14.81 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk okres od dnia 2024-12-30 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA OGÓLNA

		płynna - 13	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-01 środa	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g ser topiony(MLE) 50 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml (MLE,)	Ciasto drożdżowe z jabłkami(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g (GLU, JAJ, MLE,)		
	Obiad	kalafiorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) jajko sadzone(JAJ,) 1 szt (JAJ,) fasolka szparagowa gotowana 90 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot z mięszem owocowym b/ cukru 250 ml	Mala kalafiorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ, MLE, SEL) 350 ml (GLU, SEL,) pulpet(JAJ,) 80 g (GLU, JAJ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 150 g (GLU, MLE,) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot z mięszem owocowym 250 ml		
	PD		pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g (GLU,)			
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	
		E: 1933.59 kcal; : 82.65 g; T: 58.48 g; W: 278.72 g; w tym cukry: 44.51 g; Bł: 14.69 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 18.50 g;	E: 1520.66 kcal; : 63.23 g; T: 61.15 g; W: 191.71 g; w tym cukry: 34.31 g; Bł: 27.75 g; Sól: 3.65 g; Kw. tł.nas: 20.70 g;	E: 1399.26 kcal; : 52.47 g; T: 47.81 g; W: 198.75 g; w tym cukry: 48.93 g; Bł: 18.30 g; Sól: 2.18 g; Kw. tł.nas: 11.81 g;	E: 1595.61 kcal; : 60.42 g; T: 49.90 g; W: 236.39 g; w tym cukry: 49.27 g; Bł: 21.02 g; Sól: 3.33 g; Kw. tł.nas: 12.01 g;	E: 1769.14 kcal; : 65.00 g; T: 55.75 g; W: 263.43 g; w tym cukry: 53.29 g; Bł: 22.97 g; Sól: 3.60 g; Kw. tł.nas: 12.45 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2024-12-30 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA OGÓLNA

		płynna - 13	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (<u>GLU, MLE,</u>) herbata bez cukru 250 ml	pasta wiosenna (twaróg+papryka+ogórek+por+rzodkiewka+szczypiorek)(MLE,) 90 g (<u>MLE,</u>) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (<u>GLU,</u>) herbata bez cukru 250 ml	pomidor bez skórki 100 g 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	pomidor bez skórki 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (<u>MLE,</u>) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml	pomidor bez skórki 100 g 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 pomidorowy 300 ml	maślanka(MLE,) 150 ml (<u>MLE,</u>)	mus owocowy 200 g		
	Obiad	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) herbata bez cukru 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) hreczanki wegetariańskie (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,SEL,JAJ,) 200 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (<u>GLU,</u>) surówka z kapusty pekińskiej 150 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	Mała solferino z natk.pietr.(GLU PSZE, MLE) 175 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g (<u>GLU, JAJ,</u>) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (<u>GLU,</u>) marchewka gotowana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (<u>GLU,</u>) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g (<u>GLU, JAJ,</u>) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (<u>GLU,</u>) marchewka gotowana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (<u>GLU,</u>) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g (<u>GLU, JAJ,</u>) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (<u>GLU,</u>) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (<u>GLU,</u>) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		jajko(JAJ,) 1 szt (<u>JAJ,</u>) masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 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 bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g (<u>MLE,</u>) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (<u>GLU,</u>) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g (<u>SOJ,</u>) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g 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>) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (<u>SOJ,</u>) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko 120 g	galaretki owocowa do picia 200 ml		
			E: 1993.38 kcal; : 83.16 g; T: 73.16 g; W: 257.77 g; w tym cukry: 33.01 g; Bł: 17.05 g; Sól: 4.82 g; Kw. tł.nas: 22.77 g;	E: 1627.13 kcal; : 66.78 g; T: 60.48 g; W: 217.55 g; w tym cukry: 39.85 g; Bł: 31.24 g; Sól: 3.85 g; Kw. tł.nas: 18.72 g;	E: 1270.45 kcal; : 57.04 g; T: 36.77 g; W: 186.70 g; w tym cukry: 67.86 g; Bł: 17.56 g; Sól: 2.18 g; Kw. tł.nas: 14.53 g;	E: 1560.11 kcal; : 67.38 g; T: 40.24 g; W: 243.14 g; w tym cukry: 70.25 g; Bł: 22.26 g; Sól: 3.43 g; Kw. tł.nas: 15.47 g;

		płynna - 13	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-03 piątek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml (MLE,) papryka w kawałku 50 g jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ,) masło roślinne 10 g Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 kg (GLU, SOJ, ORZ, SEZ,)	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml (MLE,) sałata zielona (2 liście) 35 g Pomidor bez skórki 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g (RYB, MLE,) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,)		kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml (MLE,) sałata zielona (2 liście) 35 g Pomidor bez skórki 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g (RYB, MLE,) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,)
	II SN	sok pomidorowy 300 ml	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml (MLE,)	Banan 200 g		
	Obiad	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL,) zapiekanka z makronem pełnoziarnistym i warzywami (GLU ORKISZ, SEL,) 230 g (GLU, SEL,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml (GLU, SEL,) kompot owocowy b/cukru 250 ml	mała ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZE, MLE, SEL) 175 ml (SEL,) zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g (GLU, SEL,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml (GLU, SEL,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL,) zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g (GLU, SEL,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml (GLU, SEL,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka pełnoziarnista(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,)			
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 1 kromka(GLU PSZ,GLU ŻYT) 42 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 84 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) miód naturalny 25 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml
PN		jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g			

		płynna - 13	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-03 piątek	p-01-03	E: 2041.83 kcal; : 82.86 g; T: 73.11 g; W: 269.96 g; w tym cukry: 47.00 g; Bł: 16.37 g; Sól: 4.74 g; Kw. tł.nas: 22.75 g;	E: 1954.07 kcal; : 63.16 g; T: 71.59 g; W: 273.77 g; w tym cukry: 48.24 g; Bł: 29.34 g; Sól: 4.43 g; Kw. tł.nas: 16.61 g;	E: 1556.97 kcal; : 42.72 g; T: 53.53 g; W: 236.30 g; w tym cukry: 85.47 g; Bł: 23.51 g; Sól: 2.08 g; Kw. tł.nas: 15.66 g;	E: 1663.65 kcal; : 45.66 g; T: 54.16 g; W: 259.31 g; w tym cukry: 85.89 g; Bł: 26.45 g; Sól: 2.53 g; Kw. tł.nas: 15.78 g;	E: 2007.13 kcal; : 53.35 g; T: 55.34 g; W: 336.94 g; w tym cukry: 87.94 g; Bł: 32.11 g; Sól: 3.30 g; Kw. tł.nas: 16.03 g;
		grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z groszku+marchew+olej+bazylią 80 g twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g (MLE,) ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	ogórek świeży (plastry) 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,) herbata z cukrem 250 ml		
2025-01-04 sobota	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kisiel b/cukru 150 ml	kisiel 150 ml		
		barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL) 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g (SEL,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml (GLU, SEL,) kompot z miąższem owocowym b/ cukru 250 ml	Mała barszcz czerwony(GLU PSZE,MLE,SEL) 175 ml (GLU, MLE, SEL,) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g (MLE,) kompot z miąższem owocowym 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g (MLE,) kompot z miąższem owocowym 250 ml	
	PD		pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (GLU,)			

		płynna - 13	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-04 sobota	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g kielbasa szynkowa (1 plaster)(SOJ,) 20 g (GLU, SOJ,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 1 kromka(GLU PSZ,GLU ŻYT) 42 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g kielbasa szynkowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g (GLU, SOJ,) masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 84 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	
	PN		maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)	biszkopty (5 szt) 20 g (GLU, JAJ,)		
		E: 2102.82 kcal; : 84.32 g; T: 70.45 g; W: 293.07 g; w tym cukry: 47.63 g; Bł: 16.30 g; Sól: 4.29 g; Kw. tł.nas: 21.66 g;	E: 2158.82 kcal; : 73.83 g; T: 67.13 g; W: 335.89 g; w tym cukry: 58.83 g; Bł: 45.24 g; Sól: 5.02 g; Kw. tł.nas: 19.41 g;	E: 1608.60 kcal; : 45.48 g; T: 39.56 g; W: 274.04 g; w tym cukry: 78.78 g; Bł: 13.60 g; Sól: 2.50 g; Kw. tł.nas: 11.54 g;	E: 1743.46 kcal; : 50.53 g; T: 42.15 g; W: 298.37 g; w tym cukry: 79.20 g; Bł: 16.54 g; Sól: 3.37 g; Kw. tł.nas: 11.66 g;	E: 1848.38 kcal; : 53.36 g; T: 43.54 g; W: 319.65 g; w tym cukry: 82.26 g; Bł: 18.66 g; Sól: 3.44 g; Kw. tł.nas: 12.39 g;

		płynna - 13	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	
2025-01-05 niedziela	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (<u>GLU, MLE,</u>) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g (<u>GLU,</u>) ser topiony(MLE) 50 g (<u>MLE,</u>) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (<u>GLU,</u>) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g (<u>SOJ,</u>) ser żółty (1 plaster)(MLE) 20 g (<u>MLE,</u>) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml (<u>MLE,</u>)		szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (<u>SOJ,</u>) ser żółty (1 plaster)(MLE) 20 g (<u>MLE,</u>) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml (<u>MLE,</u>)	
	II SN	sok pomidorowy 300 ml	kefir(MLE,) 150 ml (<u>MLE,</u>)	sok owocowy 300 ml			
	Obiad	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml (<u>GLU, 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 fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot z mięszem owocowym b/ cukru 250 ml	mały rosół z makaronem i natk.pietr. 175 ml (<u>GLU, SEL,</u>) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g (<u>GLU, MLE,</u>) małe ziemniaki z koperkiem 70 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	mały rosół z makaronem i natk.pietr. 175 ml (<u>GLU, SEL,</u>) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g (<u>GLU, MLE,</u>) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g (<u>GLU, MLE,</u>) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	
	PD		ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g bułką 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	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziółowym 100 g (<u>MLE,</u>) ser biały z koperkiem(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	pomidor bez skórki 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (<u>MLE,</u>) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml		pomidor bez skórki 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (<u>MLE,</u>) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (<u>GLU,</u>) herbata z cukrem 250 ml	
	PN		jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g			
		E: 1996.31 kcal; : 82.12 g; T: 73.26 g; W: 258.35 g; w tym cukry: 45.94 g; Bł: 14.90 g; Sól: 4.71 g; Kw. tł.nas: 22.76 g;	E: 2036.29 kcal; : 87.36 g; T: 68.60 g; W: 285.17 g; w tym cukry: 46.47 g; Bł: 39.13 g; Sól: 5.51 g; Kw. tł.nas: 24.33 g;	E: 1699.82 kcal; : 104.86 g; T: 73.40 g; W: 164.79 g; w tym cukry: 64.92 g; Bł: 13.37 g; Sól: 3.19 g; Kw. tł.nas: 22.67 g;	E: 1853.87 kcal; : 108.57 g; T: 73.59 g; W: 200.48 g; w tym cukry: 66.68 g; Bł: 16.30 g; Sól: 3.23 g; Kw. tł.nas: 22.69 g;	E: 2108.05 kcal; : 118.23 g; T: 75.92 g; W: 250.72 g; w tym cukry: 67.42 g; Bł: 19.77 g; Sól: 4.40 g; Kw. tł.nas: 22.92 g;	

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	płatki owsiane na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU OW, MLE,) 300 ml (GLU, MLE,)	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml (MLE,) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek + zioła 80 g szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml (MLE,)
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g
	Obiad	pomidorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g (GLU, JAJ, MLE,) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD		Budyń(GLU PSZ, MLE,) 150 ml (MLE,)
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml
PN		kefir z truskawkami i otrębami pszennymi(GLU PSZ, MLE,) 150 ml (GLU, MLE,)	

2-30 poniedziałek		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
		E: 1926.05 kcal; : 78.55 g; T: 75.18 g; W: 242.39 g; w tym cukry: 38.69 g; Bł: 12.68 g; Sól: 3.79 g; Kw. tł.nas: 22.86 g;	E: 2253.63 kcal; : 83.31 g; T: 76.15 g; W: 323.00 g; w tym cukry: 99.73 g; Bł: 23.25 g; Sól: 3.96 g; Kw. tł.nas: 24.17 g;
2024-12-31 wtorek	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml (MLE,) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g (MLE,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło (MLE) 10 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml (MLE,) woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kisiel 150 ml
	Obiad	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, MLE, SEL,) makaron ze szpinakiem(GLU PSZ,) 300 g (GLU,) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		biszkopty (5 szt) 20 g (GLU, JAJ,)
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml

2024-12-31 wtorek

	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
Z	jabłko gotowane 120 g	jogurt(MLE,) 150 ml (MLE,)
P	E: 2037.52 kcal; : 79.58 g; T: 73.66 g; W: 272.42 g; w tym cukry: 52.18 g; Bł: 15.45 g; Sól: 3.77 g; Kw. tł.nas: 22.55 g;	E: 2255.09 kcal; : 75.51 g; T: 69.62 g; W: 341.21 g; w tym cukry: 90.11 g; Bł: 23.45 g; Sól: 4.21 g; Kw. tł.nas: 29.04 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-01 środa	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło roślinne 10 g bułką zwykłą(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,) herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml (MLE,)
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	Ciasto drożdżowe z jabłkami(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g (GLU, JAJ, MLE,)
	Obiad	kalafiorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) pulpet(JAJ,) 80 g (GLU, JAJ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) marchewka z groszkiem oprószana(GLU PSZE, MLE) 150 g (GLU, MLE,) ziemniaki z koperkiem 230 g kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD		sok owocowy 300 ml
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml
		E: 1933.59 kcal; : 82.65 g; T: 58.48 g; W: 278.72 g; w tym cukry: 44.51 g; Bł: 14.69 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 18.50 g;	E: 2051.48 kcal; : 77.38 g; T: 62.65 g; W: 310.67 g; w tym cukry: 64.50 g; Bł: 24.51 g; Sól: 4.28 g; Kw. tł.nas: 14.85 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	herbata bez cukru 250 ml grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,)	Pomidor 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) mleko(MLE,) 200 ml (MLE,) woda mineralna niegazowana 500 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 300 ml	maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)
	Obiad	solferino z koperkiem i mięsem mix 350 ml (GLU, SEL,) herbata bez cukru 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, MLE, SEL,) hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g (GLU, JAJ,) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		biszkopty (5 szt) 20 g (GLU, JAJ,)
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml masło roślinne 10 g
	PN		galaretka owocowa do picia 200 ml
		E: 1850.01 kcal; : 83.16 g; T: 57.17 g; W: 257.96 g; w tym cukry: 33.06 g; Bł: 17.17 g; Sól: 4.76 g; Kw. tł.nas: 18.54 g;	E: 1869.89 kcal; : 86.30 g; T: 49.51 g; W: 280.99 g; w tym cukry: 60.24 g; Bł: 23.68 g; Sól: 4.80 g; Kw. tł.nas: 19.31 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-03 piątek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml (MLE,) Pomidor bez skórki 50 g sałata zielona (2 liście) 35 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g (RYB, MLE,) masło (MLE) 10 g masło (MLE) 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,) mleko(MLE,) 200 ml (MLE,) woda mineralna niegazowana 500 ml
	II SN	sok pomidorowy 300 ml	Banan 200 g
	Obiad	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL,) zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g (GLU, SEL,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml (GLU, SEL,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		mus owocowy 200 g
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 84 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml
PN		jabłko gotowane 120 g	

2025-01-03 piątek		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
		E: 2041.83 kcal; : 82.86 g; T: 73.11 g; W: 269.96 g; w tym cukry: 47.00 g; Bł: 16.37 g; Sól: 4.74 g; Kw. tł.nas: 22.75 g;	E: 2236.69 kcal; : 59.87 g; T: 75.42 g; W: 341.93 g; w tym cukry: 124.00 g; Bł: 28.39 g; Sól: 3.14 g; Kw. tł.nas: 25.59 g;
2025-01-04 sobota	Śniadanie		sałatka z groszku+marchew+olej+bazyliia 80 g ogórek świeży (plastry) 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml (MLE,)
	II ŚN		kisiel 150 ml
	Obiad		barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g (MLE,) kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD		biszkopty (5 szt) 20 g (GLU, JAJ,)

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-04 sobota	Kolacja		sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr. + olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 84 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml
	PN		maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)
			E: 2234.41 kcal; : 70.05 g; T: 65.02 g; W: 353.43 g; w tym cukry: 103.98 g; Bł: 26.39 g; Sól: 4.17 g; Kw. tł.nas: 17.98 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-05 niedziela	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g (GLU,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml (MLE,) woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 300 ml	Banan 200 g
	Obiad	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml (GLU, SEL,) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g (GLU, MLE,) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD		biszkopty (5 szt) 20 g (GLU, JAJ,)
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziółowym 100 g (MLE,) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko gotowane 120 g
		E: 1996.31 kcal; : 82.12 g; T: 73.26 g; W: 258.35 g; w tym cukry: 45.94 g; Bł: 14.90 g; Sól: 4.71 g; Kw. tł.nas: 22.76 g;	E: 2438.55 kcal; : 124.48 g; T: 73.31 g; W: 333.90 g; w tym cukry: 99.71 g; Bł: 29.96 g; Sól: 4.76 g; Kw. tł.nas: 21.25 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,