

Dieta		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2024-02-05 poniedziałek	podstawowa	herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) polędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,)	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) sur z czerw kap z jab i ceb, olej rzep. pier.leniw z b.ser(8 szt)masłem i buł tartą (GLU PSZ,JAJ,MLE,) Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,)		herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sał ryżowa+sał+mar+ceb+p ap+rodz+kuk+grosz+jo g nat (MLE,) ser topiony(MLE)
	łatwo strawna	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola polędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,)	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) surówka z marchwi i jabłka pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka ryżowa+march+grosz+s ał+jog nat(MLE,) ser biały z koperkiem(MLE)
	kleikowa	herbata bez cukru kleik ryżowy sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki

2024-02-05 poniedziałek	Dieta	Posiłek nocny	SUMA
	podstawowa	kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,)	Energia 2 198,70 kJ Białko ogółem 80,60 g Tłuszcz 65,30 g Węglowodany ogółem 341,40 g Błonnik pokarmowy 34,70 g Sód 1 697,20 mg
	łatwo strawna	kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,)	Energia 2 127,40 kJ Białko ogółem 81,90 g Tłuszcz 56,80 g Węglowodany ogółem 341,90 g Błonnik pokarmowy 27,90 g Sód 786,30 mg
	kleikowa		Energia 725,80 kJ Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 6,00 g Węglowodany ogółem 144,30 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sód 255,50 mg

2024-02-05 poniedziałek

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła polędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,)	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) sałatka ryżowa+march+grosz+s ał+jog nat(MLE,) ser biały z koperkiem(MLE)
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła polędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,)	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka ryżowa+march+grosz+s ał+jog nat(MLE,) ser biały z koperkiem(MLE)
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	herbata bez cukru bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,)	jabłko	kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) surówka z marchwi i jabłka Pierogi leniwe z b.ser.z m. pełnoziarnistą(GLU PSZ,ML,JAJ) Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,)	chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) masło roślinne szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,)	herbata bez cukru chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka ryżowa+march+grosz+s ał+jog nat(MLE,) ser biały z koperkiem(MLE)

2024-02-05 poniedziałek

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,)	Energia 2 019,40 kJ Białko ogółem 82,70 g Tłuszcz 44,40 g Węglowodany ogółem 342,70 g Błonnik pokarmowy 28,80 g Sód 816,60 mg
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,)	Energia 2 163,80 kJ Białko ogółem 82,70 g Tłuszcz 60,40 g Węglowodany ogółem 342,70 g Błonnik pokarmowy 28,80 g Sód 828,60 mg
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,)	Energia 2 137,40 kJ Białko ogółem 79,30 g Tłuszcz 58,70 g Węglowodany ogółem 341,50 g Błonnik pokarmowy 39,80 g Sód 1 308,90 mg

2024-02-05 poniedziałek

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
płynna	herbata z cukrem płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ,GLU JEŹCZ,MLE,)	sok pomidorowy	herbata z cukrem Rosolnik z kaszą jaglaną i mięsem mix(SEL,)		herbata z cukrem grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,)
wegetariańska	herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) ser topiony(MLE) płatki jęczmienne na mleku (GLU JEŹCZ,MLE,)	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) sur z czerw kap z jab i ceb, olej rzep. pier. leniwe z b. ser (8 szt) tł i buł tartą (GLU PSZ,JAJ,MLE,) Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,)		herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sał ryżowa+sał+mar+ceb+p ap+rodz+kuk+grosz+jo g nat (MLE,) ser biały z koperkiem(MLE)
łatwo strawna DZIECIĘCY	herbata z cukrem bułka zwykła(GLU PSZ,) masło (MLE) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła polędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) płatki jęczmienne na mleku (GLU JEŹCZ,MLE,)	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) surówka z marchwi i jabłka pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,)		herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pomidor b/ skórki dżem owocowy ser biały z koperkiem(MLE)

2024-02-05 poniedziałek

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
płynna		Energia 1 987,50 kJ Białko ogółem 79,80 g Tłuszcz 78,30 g Węglowodany ogółem 241,60 g Błonnik pokarmowy 10,40 g Sód 915,40 mg
wegetariańska	kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,)	Energia 2 271,40 kJ Białko ogółem 86,50 g Tłuszcz 69,10 g Węglowodany ogółem 345,90 g Błonnik pokarmowy 34,70 g Sód 1 742,60 mg
łatwo strawna DZIECIĘCY	mus owocowy	Energia 2 201,40 kJ Białko ogółem 78,60 g Tłuszcz 54,80 g Węglowodany ogółem 365,40 g Błonnik pokarmowy 26,20 g Sód 701,40 mg

	Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2024-02-05 poniedziałek	łatwo strawna dla położnic	mleko(MLE,) woda mineralna niegazowana herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło (MLE) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła połudwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,)	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) surówka z marchwi i jabłka pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,)	Budyń(GLU PSZ,MLE,)	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka ryżowa+march+grosz+s ał+jog nat(MLE,) ser biały z koperkiem(MLE)
2024-02-06 wtorek	podstawowa	herbata z cytryną i cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z fasolą JAŚ+k.jaglana+march. +papryka+og.kisz.+jajk o+pest.dyni+słonecz.+n atk.pietr.+ olej rzep.(JAJ,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,)	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) surówka z kapusty pekińskiej Pęczak(GLU JĘCZ,) kotlet schabowy(GLU PSZ,MLE JAJ,) kalafiorowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałata zielona (2 liście) ser biały z koperkiem(MLE)

	Dieta	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-05 poniedziałek	łatwo strawna dla położnic	kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,)	Energia 2 324,20 kJ Białko ogółem 93,50 g Tłuszcz 64,20 g Węglowodany ogółem 363,80 g Błonnik pokarmowy 27,90 g Sód 938,10 mg
2024-02-06 wtorek	podstawowa	jabłko	Energia 2 239,40 kJ Białko ogółem 84,40 g Tłuszcz 79,50 g Węglowodany ogółem 310,00 g Błonnik pokarmowy 42,90 g Sód 798,30 mg

2024-02-06 wtorek

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
łatwo strawna	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,)	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) schab pieczony kalafiorowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałata zielona (2 liście) ser biały z koperkiem(MLE)
kleikowa	herbata bez cukru kleik ryżowy sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki
łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,)	biszkopty (5 szt)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) schab pieczony kalafiorowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)	chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) masło roślinne szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,)	jabłko gotowane herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) sałata zielona (2 liście) ser biały z koperkiem(MLE)

2024-02-06 wtorek

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwo strawna	jablko gotowane	Energia 2 177,30 kJ Białko ogółem 82,80 g Tłuszcz 78,50 g Węglowodany ogółem 305,20 g Błonnik pokarmowy 30,50 g Sód 783,90 mg
kleikowa		Energia 725,80 kJ Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 6,00 g Węglowodany ogółem 144,30 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sód 255,50 mg
łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Energia 2 026,70 kJ Białko ogółem 87,30 g Tłuszcz 60,50 g Węglowodany ogółem 303,40 g Błonnik pokarmowy 30,10 g Sód 1 099,50 mg

2024-02-06 wtorek

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,)	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) kasza jęczmienna(GLU JEĆZ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) schab pieczony kalafiorowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem masło roślinne chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) sałata zielona (2 liście) ser biały z koperkiem(MLE)
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	herbata bez cukru chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,)	jogurt naturalny (1szt)(MLE,)	kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) surówka z kapusty pekińskiej kasza jęczmienna(GLU JEĆZ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) schab pieczony kalafiorowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)	chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) masło roślinne pomidor	herbata bez cukru chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałata zielona (2 liście) ser biały z koperkiem(MLE)
płynna	herbata bez cukru grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,)	sok owocowy	herbata bez cukru kalafiorowa z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata bez cukru grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,)

2024-02-06 wtorek

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	jabłko gotowane	Energia 2 177,30 kJ Białko ogółem 82,80 g Tłuszcz 78,50 g Węglowodany ogółem 305,20 g Błonnik pokarmowy 30,50 g Sód 783,90 mg
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	jabłko	Energia 1 998,60 kJ Białko ogółem 83,80 g Tłuszcz 77,60 g Węglowodany ogółem 259,70 g Błonnik pokarmowy 34,20 g Sód 759,40 mg
płynna		Energia 1 912,80 kJ Białko ogółem 79,60 g Tłuszcz 58,30 g Węglowodany ogółem 272,30 g Błonnik pokarmowy 12,70 g Sód 472,60 mg

2024-02-06 wtorek	Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	wegetariańska	herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z fasolą JAŚ+k.jaglana+march. +papryka+og.kisz.+jajk o+pest.dyni+słonecz.+n atk.pietr.+ olej rzep.(JAJ,) ser topiony(MLE)	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) surówka z kapusty pekińskiej Kotlet ziemniaczany z cebulką(GLU PSZ,JAJ,) kalafiorowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne miód naturalny ser biały (MLE)
	łatwo strawna DZIECIĘCY	herbata z cytryną i cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło (MLE) pomidor bez skórki szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,)	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) schab pieczony kalafiorowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałata zielona (2 liście) ser biały z koperkiem(MLE)
	łatwo strawna dla położnic	woda mineralna niegazowana mleko(MLE,) herbata z cytryną i cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło (MLE) sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,)	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) schab pieczony kalafiorowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)	kisiel z tartym jabłkiem	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) sałata zielona (2 liście) dżem owocowy ser biały z koperkiem(MLE)

2024-02-06 wtorek	Dieta	Posiłek nocny	SUMA
	wegetariańska	jabłko	Energia 2 065,20 kJ Białko ogółem 54,50 g Tłuszcz 64,40 g Węglowodany ogółem 329,40 g Błonnik pokarmowy 31,50 g Sód 1 391,00 mg
	łatwo strawna DZIECIĘCY	jabłko gotowane	Energia 2 064,40 kJ Białko ogółem 80,90 g Tłuszcz 72,30 g Węglowodany ogółem 291,00 g Błonnik pokarmowy 28,10 g Sód 733,40 mg
	łatwo strawna dla położnic	jabłko gotowane	Energia 2 300,20 kJ Białko ogółem 89,40 g Tłuszcz 74,90 g Węglowodany ogółem 338,70 g Błonnik pokarmowy 31,60 g Sód 879,40 mg

Dieta		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2024-02-07 środa	podstawowa	herbata z cukrem Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ŻYT, GLU PSZ,) masło roślinne bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią ser topiony(MLE) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot z mięszem owocowym sos pieczarkowy(GLU PSZ,MLE,) Gołąbki z kaszy jęczmiennej i ryżu z warzywami (2 szt)(GLU JĘCZ,SEL,) Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,)
	łatwo strawna	herbata z cytryną i cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią ser biały z koperkiem(MLE) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,)	wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot z mięszem owocowym surówka z marchwii i jabłka z jog.nat. sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) rizotto z warzywami(SEL,) Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z og. kiszongo bez skórki, marchwii i koperku z olejem szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,)
	kleikowa	herbata bez cukru kleik ryżowy sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki

Dieta		Posiłek nocny	SUMA
2024-02-07 środa	podstawowa	galaretka owocowa do picia	Energia 2 051,80 kJ Białko ogółem 68,70 g Tłuszcz 65,20 g Węglowodany ogółem 320,60 g Błonnik pokarmowy 41,30 g Sód 2 575,00 mg
	łatwo strawna	galaretka owocowa do picia	Energia 2 040,70 kJ Białko ogółem 69,60 g Tłuszcz 53,00 g Węglowodany ogółem 339,40 g Błonnik pokarmowy 30,90 g Sód 1 682,10 mg
	kleikowa		Energia 725,80 kJ Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 6,00 g Węglowodany ogółem 144,30 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sód 255,50 mg

2024-02-07 środa

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią ser biały z koperkiem(MLE) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot z mięszem owocowym marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) rizotto z warzywami(SEL,) Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałata zielona (2 liście) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,)
łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa)	herbata z cukrem bułka zwykła(GLU PSZ,) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) pomidor bez skórki ser biały z koperkiem(MLE) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,)	wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot z mięszem owocowym marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) rizotto z warzywami(SEL,) Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) sałata zielona (2 liście) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,)
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	herbata bez cukru bułka pełnoziarnista(GLU PSZ,) Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ŻYT, GLU PSZ,) masło roślinne bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią ser biały z koperkiem(MLE)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot z mięszem owocowym b/ cukru surówka z marchwii i jabłka z jog.nat. sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) rizotto z warzywami(SEL,) Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)	chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) masło roślinne jajko(JAJ,)	herbata bez cukru chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałata zielona (2 liście) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,)

2024-02-07 środa

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	galaretka owocowa do picia	Energia 2 025,00 kJ Białko ogółem 68,40 g Tłuszcz 55,50 g Węglowodany ogółem 331,30 g Błonnik pokarmowy 30,10 g Sód 1 136,20 mg
łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustkowa)	galaretka owocowa do picia	Energia 2 117,80 kJ Białko ogółem 75,30 g Tłuszcz 36,80 g Węglowodany ogółem 387,50 g Błonnik pokarmowy 31,40 g Sód 1 100,60 mg
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	jabłko	Energia 2 075,70 kJ Białko ogółem 70,10 g Tłuszcz 61,00 g Węglowodany ogółem 330,10 g Błonnik pokarmowy 40,00 g Sód 1 421,50 mg

2024-02-07 środa

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
płynna	herbata z cukrem płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU JĘCZ, MLE,)	sok owocowy	herbata z cukrem solferino z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ, MLE, JAJ,)
łatwo strawna bogatobiałkowa	herbata z cytryną i cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne bukiet kwiatowy (broku/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią ser biały z koperkiem(MLE) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ, MLE,)	kompot z mięszem owocowym surówka z marchwii i jabłka z jog.nat. filet z drobiu gotowany sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) rizotto z warzywami(SEL,) Solferino z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z og. kiszongo bez skórki, marchwii i koperku z olejem szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,)
wegetariańska	herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne bukiet kwiatowy (broku/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią ser topiony(MLE) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ, MLE,)	kompot z mięszem owocowym sos pieczarkowy(GLU PSZ, MLE,) Gołąbki z kaszy jęczmiennej i ryżu z warzywami (2 szt)(GLU JĘCZ, SEL,) Solferino z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem ser żółty (2 plastry)(MLE)

2024-02-07 środa	Dieta	Posiłek nocny	SUMA
	płynna		Energia 2 097,80 kJ Białko ogółem 77,90 g Tłuszcz 74,70 g Węglowodany ogółem 283,20 g Błonnik pokarmowy 13,50 g Sód 635,90 mg
	łatwo strawna bogatobiałkowa	galaretka owocowa do picia	Energia 2 108,90 kJ Białko ogółem 92,30 g Tłuszcz 54,20 g Węglowodany ogółem 330,80 g Błonnik pokarmowy 30,20 g Sód 1 731,60 mg
	wegetariańska	galaretka owocowa do picia	Energia 2 078,80 kJ Białko ogółem 66,80 g Tłuszcz 70,50 g Węglowodany ogółem 317,90 g Błonnik pokarmowy 42,40 g Sód 2 299,50 mg

2024-02-07 środa	Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	łatwo strawna DZIECIĘCY	herbata z cytryną i cukrem rogal maślany(GLU PSZ, JAJ, MLE,) masło (MLE) miód naturalny ser biały (MLE) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,)	sałatka owocowa z ananasem, bananem i jabłkiem	kompot z mięszem owocowym surówka z marchwii i jabłka z jog.nat. sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) rizotto z warzywami(SEL,) Solferino z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne ogórek kiszony bez skórki szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,)
	łatwo strawna dla położnic	herbata z cytryną i cukrem woda mineralna niegazowana mleko(MLE,) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło (MLE) bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią ser biały z koperkiem(MLE) płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,)	sałatka owocowa z ananasem, bananem i jabłkiem	kompot z mięszem owocowym surówka z marchwii i jabłka z jog.nat. sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) rizotto z warzywami(SEL,) Solferino z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)	biskopity (5 szt)	herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne jajko(JAJ,) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,)

2024-02-07 środa	Dieta	Posiłek nocny	SUMA
	łatwo strawna DZIECIĘCY	galaretka owocowa do picia	Energia 2 062,40 kJ Białko ogółem 55,80 g Tłuszcz 43,20 g Węglowodany ogółem 381,80 g Błonnik pokarmowy 27,80 g Sód 1 381,40 mg
	łatwo strawna dla położnic	galaretka owocowa do picia	Energia 2 216,20 kJ Białko ogółem 76,70 g Tłuszcz 59,70 g Węglowodany ogółem 363,60 g Błonnik pokarmowy 31,60 g Sód 1 249,60 mg

Dieta		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2024-02-08 czwartek	podstawowa	herbata zielona z cukrem masło roślinne chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) sał. z soczewicą+jabł+ana+k.j agl.+marchew+groszek +kukur.+słonecz.+olej rzep.(GLU PSZ,ORZ,OZI,SEZ,GO R,SOJ,) połudwica sopocka (2 plastry)(SOJ,)	pączek (1szt)(GLU PSZ ,JAJ,MLE,)	kapusta zasmażana(GLU PSZ,) kompot z miąższem owocowym ziemniaki z koperkiem kotlet wiedeński z indyka (GLU, PSZ, MLE, JAJ) zupa grochowa z zieleniną(GLU PSZ,)		chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pomidor pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,)
	łatwo strawna	herbata zielona z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. połudwica sopocka (3 plastry)(SOJ,)	jabłko gotowane	kompot z miąższem owocowym warzywa zapiek dyn,cuki z mar i kalaf.z ol.słon z rozm.i piep zioł ziemniaki z koperkiem filet z indyka w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE) grysikowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pomidor b/ skórki pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,)
	kleikowa	herbata bez cukru kleik ryżowy sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki

		Dieta	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-08 czwartek		podstawowa	jogurt(MLE,)	Energia 2 482,90 kJ Białko ogółem 93,60 g Tłuszcz 72,80 g Węglowodany ogółem 390,10 g Błonnik pokarmowy 46,20 g Sód 495,60 mg
		łatwo strawna	jogurt(MLE,)	Energia 1 811,40 kJ Białko ogółem 64,40 g Tłuszcz 53,80 g Węglowodany ogółem 286,00 g Błonnik pokarmowy 25,80 g Sód 419,30 mg
		kleikowa		Energia 725,80 kJ Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 6,00 g Węglowodany ogółem 144,30 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sód 255,50 mg

2024-02-08 czwartek

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	herbata zielona z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,)	jabłko gotowane	kompot z mięszem owocowym warzywa zapiek dyn,cuki z mar i kalaf.z ol.słon z rozm.i piep zioł ziemniaki z koperkiem filet z indyka w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE) grysikowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)	kisiel	masło roślinne chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) pomidor b/ skórki pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,)
łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa,trzustkowa)	herbata zielona z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,)	jabłko gotowane	kompot z mięszem owocowym warzywa zapiek dyn,cuki z mar i kalaf.z ol.słon z rozm.i piep zioł ziemniaki z koperkiem filet z indyka w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE) grysikowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)	ser biały z koperkiem(MLE) chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,)	chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) pomidor b/ skórki pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,)
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	herbata zielona b/cukru chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,)	pomarańcza (1szt)	kompot z mięszem owocowym b/ cukru warzywa zapiek dyn,cuki z mar i kalaf.z ol.słon z rozm.i piep zioł ziemniaki z koperkiem filet z indyka w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE) grysikowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)	chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) masło roślinne ser biały z koperkiem(MLE)	chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pomidor pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,)

2024-02-08 czwartek

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	jogurt(MLE,)	Energia 1 842,60 kJ Białko ogółem 64,40 g Tłuszcz 53,80 g Węglowodany ogółem 293,80 g Błonnik pokarmowy 25,80 g Sód 435,30 mg
łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustkowa)	jogurt(MLE,)	Energia 1 842,50 kJ Białko ogółem 77,60 g Tłuszcz 42,60 g Węglowodany ogółem 305,00 g Błonnik pokarmowy 28,90 g Sód 453,00 mg
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	jogurt(MLE,)	Energia 1 919,90 kJ Białko ogółem 71,80 g Tłuszcz 65,40 g Węglowodany ogółem 283,80 g Błonnik pokarmowy 36,70 g Sód 814,00 mg

2024-02-08 czwartek

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
płynna	herbata bez cukru grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,)	sok owocowy	herbata bez cukru grysikowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata bez cukru grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,)
łatwo strawna bogatobiałkowa	herbata zielona z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. jajko(JAJ,) połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,)	jabłko gotowane	kompot z miąższem owocowym warzywa zapiek dyn,cuki z mar i kalaf.z ol.słon z rozm.i piep zioł ziemniaki z koperkiem filet z indyka w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE) grysikowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pomidor b/ skórki pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,)
wegetariańska	herbata zielona z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sał. z soczewicą+jabl+ana+k.j agl.+marchew+groszek +kukur.+słonecz.+olej rzep.(GLU PSZ,ORZ,OZI,SEZ,GO R,SOJ,) ser topiony(MLE) jajko(JAJ,)	pomarańcza (1szt)	kompot z miąższem owocowym warzywa zapiek dyn,cuki z mar i kalaf.z ol.słon z rozm.i piep zioł Kotlet ziemniaczany z cebulką(GLU PSZ,JAJ,) grysikowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pomidor b/ skórki ser biały z koperkiem(MLE) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,)

2024-02-08 czwartek

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
płynna		Energia 1 647,70 kJ Białko ogółem 54,30 g Tłuszcz 54,50 g Węglowodany ogółem 236,40 g Błonnik pokarmowy 8,70 g Sód 378,90 mg
łatwo strawna bogatobiałkowa	jogurt(MLE,)	Energia 1 909,20 kJ Białko ogółem 76,20 g Tłuszcz 58,80 g Węglowodany ogółem 287,20 g Błonnik pokarmowy 25,80 g Sód 825,80 mg
wegetariańska	jogurt(MLE,)	Energia 1 633,40 kJ Białko ogółem 67,80 g Tłuszcz 60,90 g Węglowodany ogółem 216,70 g Błonnik pokarmowy 27,00 g Sód 1 439,00 mg

2024-02-08 czwartek	Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	łatwo strawna DZIECIĘCY	herbata zielona z cukrem bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) masło (MLE) jajko(JAJ,) połudwica sopocka (2 plastry)(SOJ,)	pączek (1szt)(GLU PSZ, JAJ,MLE,)	kompot z mięszem owocowym warzywa zapiek dyn,cuki z mar i kalaf.z ol.słon z rozm.i piep zioł ziemniaki z koperkiem kotlet wiedeński z indyka (GLU, PSZ, MLE, JAJ) grysikowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne dżem owocowy pomidor b/ skórki pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE,)
	łatwo strawna dla położnic	woda mineralna niegazowana mleko(MLE,) herbata zielona z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło (MLE) sałatka z k.jagl+march.+fasolka+ natk.pietr.+ olej rzep. połudwica sopocka (2 plastry)(SOJ,)	pączek (1szt)(GLU PSZ, JAJ,MLE,)	kompot z mięszem owocowym warzywa zapiek dyn,cuki z mar i kalaf.z ol.słon z rozm.i piep zioł ziemniaki z koperkiem kotlet wiedeński z indyka (GLU, PSZ, MLE, JAJ) grysikowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)	kisiel z tartym jabłkiem	chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) pomidor b/ skórki pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE,)
2024-02-09 piątek	podstawowa	herbata z cytryną i cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka śledziowo-ryżowa z groszkiem papryką, kukurydzą, cebulą, szczypiorkiem z olejem(RYB,) ser żółty (2 plastry)(MLE) kasza kukurydziana na mleku(MLE,)	jogurt porzeczkowy z otrębami(MLE,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) ziemniaki z koperkiem surówka z burak.+march.+jabłko+ olej rz.+ natk.pietr. kotlet mielony z ryby(GLU PSZ,RYB,JAJ,) krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur. +jajko+nat.pietr.+jog.na t.(SEL,JAJ,MLE,)

2024-02-08 czwartek	Dieta	Posiłek nocny	SUMA
	łatwo strawna DZIECIEŃCY	mus owocowy	Energia 1 954,50 kJ Białko ogółem 61,80 g Tłuszcz 68,50 g Węglowodany ogółem 286,10 g Błonnik pokarmowy 20,10 g Sód 432,40 mg
2024-02-09 piątek	łatwo strawna dla położnic	jogurt(MLE,)	Energia 2 267,90 kJ Białko ogółem 75,40 g Tłuszcz 71,80 g Węglowodany ogółem 346,80 g Błonnik pokarmowy 25,80 g Sód 536,70 mg
	podstawowa	jabłko	Energia 2 236,50 kJ Białko ogółem 81,60 g Tłuszcz 74,90 g Węglowodany ogółem 331,90 g Błonnik pokarmowy 38,80 g Sód 1 590,30 mg

2024-02-09 piątek

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
łatwo strawna	herbata z cukrem masło roślinne bułka zwykła(GLU PSZ,) sał.z kaszą BULGUR+march+grosz +sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) ser biały z koperkiem(MLE) kasza kukurydziana na mleku(MLE,)	jogurt porzeczkowy z otrębami(MLE,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) ziemniaki z koperkiem surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. ryba po grecku(SEL,) krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,)
kleikowa	herbata bez cukru kleik ryżowy sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	herbata z cukrem masło roślinne bułka zwykła(GLU PSZ,) sał.z kaszą BULGUR+march+grosz +sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) ser biały z koperkiem(MLE) kasza kukurydziana na mleku(MLE,)	jogurt porzeczkowy z otrębami(MLE,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) ziemniaki z koperkiem buraczki(GLU PSZ,) ryba po grecku(SEL,) krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,)

2024-02-09 piątek

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwo strawna	jablko gotowane	Energia 2 125,90 kJ Białko ogółem 84,80 g Tłuszcz 60,20 g Węglowodany ogółem 335,90 g Błonnik pokarmowy 32,40 g Sód 970,50 mg
kleikowa		Energia 725,80 kJ Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 6,00 g Węglowodany ogółem 144,30 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sód 255,50 mg
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	jablko gotowane	Energia 2 104,90 kJ Białko ogółem 84,80 g Tłuszcz 58,80 g Węglowodany ogółem 331,40 g Błonnik pokarmowy 29,90 g Sód 932,20 mg

2024-02-09 piątek

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa)	herbata z cukrem bułka zwykła (GLU PSZ,) chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) sał. z kaszą BULGUR+march+grosz +sał+jogurt nat (GLU PSZE, MLE,) ser biały z koperkiem (MLE) kasza kukurydziana na mleku (MLE,)	biskopity (5 szt)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) ziemniaki z koperkiem buraczki (GLU PSZ,) ryba po grecku (SEL,) krupnik z zieleniną (GLU JĘCZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat. (SEL, MLE,)
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	herbata z cytryną b/ cukru masło roślinne bułka graham niskosodowa (GLU PSZ) sał. z kaszą BULGUR+march+grosz +sał+jogurt nat (GLU PSZE, MLE,) ser biały z koperkiem (MLE)	jogurt porzeczkowy z otrębami (MLE,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) ziemniaki z koperkiem surówka z marchwi i jabłka ryba po grecku (SEL,) krupnik z zieleniną (GLU JĘCZ, SEL, MLE,)	jajko (JAJ,) masło roślinne chleb graham 1 kromka (GLU PSZ,)	herbata z cukrem chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) masło roślinne sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat. (SEL, MLE,)
wegetariańska	herbata z cukrem chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) masło roślinne sał. z kaszą BULGUR+march+grosz +sał+jogurt nat (GLU PSZE, MLE,) ser biały z koperkiem (MLE) kasza kukurydziana na mleku (MLE,)	jogurt porzeczkowy z otrębami (MLE,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) surówka z burak.+march.+jabłko+ olej rz.+ natk.pietr. placki ziemniaczane (2 szt) (GLU PSZ, JAJ,) krupnik z zieleniną (GLU JĘCZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) masło roślinne sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+nat.pietr.+jog.nat. (SEL, JAJ, MLE,) dżem owocowy

2024-02-09 piątek

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustkowa)	jabłko gotowane	Energia 2 284,20 kJ Białko ogółem 90,50 g Tłuszcz 41,10 g Węglowodany ogółem 408,10 g Błonnik pokarmowy 32,20 g Sód 954,50 mg
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	jabłko	Energia 2 083,30 kJ Białko ogółem 83,10 g Tłuszcz 65,80 g Węglowodany ogółem 311,50 g Błonnik pokarmowy 41,70 g Sód 606,20 mg
wegetariańska	jabłko	Energia 2 258,00 kJ Białko ogółem 65,50 g Tłuszcz 81,50 g Węglowodany ogółem 338,90 g Błonnik pokarmowy 37,10 g Sód 1 087,60 mg

		Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2024-02-09 piątek		łatwo strawna DZIECIĘCY	herbata z cukrem masło (MLE) bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) jajko(JAJ,) ser biały z koperkiem(MLE) kasza kukurydziana na mleku(MLE,)	sałatka owocowa z ananasem i jabłkiem	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) ziemniaki z koperkiem surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. kotlet mielony z ryby(GLU PSZ,RYB,JAJ,) krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,)
		łatwo strawna dla położnic	herbata z cukrem masło (MLE) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) sał.z kaszą BULGUR+march+grosz +sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) ser biały z koperkiem(MLE) kasza kukurydziana na mleku(MLE,)	jogurt porzeczkowy z otrębami(MLE,)	kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) ziemniaki z koperkiem surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. ryba po grecku(SEL,) krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,)	owsianka z jabłkami(GLU OW,MLE,)	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne jajko(JAJ,) sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,)
2024-02-10 sobota		podstawowa	herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z groszku+marchew+olej +bazylią twarożek ze szczypiorkiem(MLE,) płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot jabłkowy ziemniaki z koperkiem sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem wątróbka drob.z cebulką smażoną Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) masło roślinne pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,)

2024-02-09 piątek	Dieta	Posiłek nocny	SUMA
	łatwo strawna DZIECIĘCY	jabłko gotowane	Energia 1 937,40 kJ Białko ogółem 74,70 g Tłuszcz 60,80 g Węglowodany ogółem 297,60 g Błonnik pokarmowy 29,50 g Sód 1 039,80 mg
2024-02-10 sobota	łatwo strawna dla położnic	pomarańcza (1szt)	Energia 2 468,40 kJ Białko ogółem 101,90 g Tłuszcz 71,50 g Węglowodany ogółem 384,00 g Błonnik pokarmowy 39,80 g Sód 1 135,10 mg
	podstawowa	Ciasto drożdżowe z rodzynekami(GLU PSZ,MLE,JAJ)	Energia 2 032,00 kJ Białko ogółem 89,50 g Tłuszcz 64,70 g Węglowodany ogółem 285,00 g Błonnik pokarmowy 27,70 g Sód 1 073,10 mg

2024-02-10 sobota	Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	łatwo strawna	herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej ser biały z koperkiem(MLE) płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot jabłkowy surówka z marchwi, jabłka i selera zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,)
	kleikowa	herbata bez cukru kleik ryżowy sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki
	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	herbata z cukrem bułka zwykła(GLU PSZ,) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej ser biały z koperkiem(MLE) płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot jabłkowy marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)	jabłko gotowane	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) sałata zielona (2 liście) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,)

2024-02-10 sobota

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwo strawna	Ciasto drożdżowe z rodzynkami(GLU PSZ,MLE,JAJ)	Energia 2 047,10 kJ Białko ogółem 74,20 g Tłuszcz 68,90 g Węglowodany ogółem 297,60 g Błonnik pokarmowy 29,30 g Sód 564,60 mg
kleikowa		Energia 725,80 kJ Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 6,00 g Węglowodany ogółem 144,30 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sód 255,50 mg
łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	biskupki (5 szt)	Energia 2 006,60 kJ Białko ogółem 76,20 g Tłuszcz 49,20 g Węglowodany ogółem 335,10 g Błonnik pokarmowy 36,30 g Sód 827,40 mg

2024-02-10 sobota

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej ser biały z koperkiem(MLE) płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot jabłkowy marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałata zielona (2 liście) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,)
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) herbata bez cukru chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej twarożek ze szczypiorkiem(MLE,)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot jabłkowy surówka z marchwi, jabłka i selera zapiekanka z makronem orkiszowym i warzywami (GLU ORKISZ, SEL,) Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)	chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) masło roślinne pomidor	herbata bez cukru bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,)
wegetariańska	herbata z cukrem chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej ser topiony(MLE) płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ,MLE,)	kompot z mięszem owocowym surówka z marchwi, jabłka i selera zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,)		herbata z cukrem chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałata zielona (2 liście) pomidor ser żółty (2 plastry)(MLE)

2024-02-10 sobota

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	Ciasto drożdżowe z rodzynkami(GLU PSZ,MLE,JAJ)	Energia 2 051,90 kJ Białko ogółem 74,40 g Tłuszcz 66,10 g Węglowodany ogółem 308,30 g Błonnik pokarmowy 33,40 g Sód 852,00 mg
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	jabłko	Energia 2 062,20 kJ Białko ogółem 70,10 g Tłuszcz 73,10 g Węglowodany ogółem 301,70 g Błonnik pokarmowy 51,80 g Sód 520,20 mg
wegetariańska	Ciasto drożdżowe z rodzynkami(GLU PSZ,MLE,JAJ)	Energia 2 042,60 kJ Białko ogółem 70,00 g Tłuszcz 71,60 g Węglowodany ogółem 298,70 g Błonnik pokarmowy 41,20 g Sód 1 665,70 mg

	Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2024-02-10 sobota	łatwo strawna DZIECIĘCY	herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne dżem owocowy ser biały z koperkiem(MLE) płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW)	ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OW, MLE, SÓJ OZI)	kompot jabłkowy surówka z marchwi, jabłka i selera zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ, SEL,) Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,)
	łatwo strawna dla położnic	mleko(MLE,) woda mineralna niegazowana herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej ser biały z koperkiem(MLE) płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW)	maślanka porzeczkowa z otrębami(GLU PSZ, MLE,)	kompot jabłkowy surówka z marchwi, jabłka i selera zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ, SEL,) Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)	jabłko gotowane	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,)
2024-02-11 niedziela	podstawowa	chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) masło roślinne sałatka z k.jęczm+fasolka+march .+natka+jog.nat.(MLE,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,)	galaretka owocowa do picia	kompot jabłkowy surówka z marchwi i jabłka spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) masło roślinne sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem ser topiony(MLE)

2024-02-10 sobota	Dieta	Posiłek nocny	SUMA
	łatwo strawna DZIECIĘCY	Ciasto drożdżowe z rodzynekami(GLU PSZ,MLE,JAJ)	Energia 2 178,50 kJ Białko ogółem 69,80 g Tłuszcz 73,00 g Węglowodany ogółem 320,20 g Błonnik pokarmowy 26,90 g Sód 620,80 mg
2024-02-11 niedziela	łatwo strawna dla położnic	Ciasto drożdżowe z rodzynekami(GLU PSZ,MLE,JAJ)	Energia 2 184,10 kJ Białko ogółem 83,00 g Tłuszcz 75,10 g Węglowodany ogółem 316,40 g Błonnik pokarmowy 35,60 g Sód 700,30 mg
	podstawowa	maślanka(MLE,)	Energia 2 009,30 kJ Białko ogółem 77,60 g Tłuszcz 63,00 g Węglowodany ogółem 299,00 g Błonnik pokarmowy 31,70 g Sód 2 319,50 mg

2024-02-11 niedziela

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
łatwo strawna	chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z k.jęczm+fasolka+march .+natka+jog.nat.(MLE,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,)	galaretka owocowa do picia	kompot jabłkowy surówka z marchwi i jabłka spaghetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z og. kiszongo bez skórki, marchwi i koperku z olejem ser biały z koperkiem(MLE)
kleikowa	herbata bez cukru kleik ryżowy sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki	herbata bez cukru sucharki	herbata bez cukru kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) sucharki
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	masło roślinne chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) sałatka z k.jęczm+fasolka+march .+natka+jog.nat.(MLE,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,)	galaretka owocowa do picia	kompot jabłkowy marchewka oprószana(GLU PSZ, MLE,) spaghetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne pomidor b/ skórki ser biały z koperkiem(MLE)

2024-02-11 niedziela

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwo strawna	maślanka(MLE,)	Energia 2 061,60 kJ Białko ogółem 84,50 g Tłuszcz 59,20 g Węglowodany ogółem 313,30 g Błonnik pokarmowy 28,00 g Sód 1 366,40 mg
kleikowa		Energia 725,80 kJ Białko ogółem 21,90 g Tłuszcz 6,00 g Węglowodany ogółem 144,30 g Błonnik pokarmowy 8,30 g Sód 255,50 mg
łatwo strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa)	maślanka(MLE,)	Energia 2 005,70 kJ Białko ogółem 82,80 g Tłuszcz 60,60 g Węglowodany ogółem 298,40 g Błonnik pokarmowy 28,00 g Sód 833,60 mg

2024-02-11 niedziela

Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa)	chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat. (MLE,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,)	galaretka owocowa do picia	kompot jabłkowy marchewka oprószana (GLU PSZ, MLE,) spaghetti z mięsem i sosem pomidorowym (GLU PSZ,) selerowa z ziemniakami i zieloną (GLU PSZ, SEL, MLE,)	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,)	herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) pomidor b/ skórki ser biały z koperkiem (MLE)
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat. (MLE,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,)	jabłko	kompot jabłkowy b/cukru surówka z marchwi i jabłka spaghetti z mięsem i sosem pomidorowym (GLU PSZ,) selerowa z ziemniakami i zieloną (GLU PSZ, SEL, MLE,)	chleb graham 1 kromka (GLU PSZ,) masło roślinne szynka drobiowa z kurczaka (1 pl) (SOJ,)	herbata z cukrem chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z og. kiszono bez skórki, marchwi i koperku z olejem ser biały z koperkiem (MLE)
wegetariańska	bułka zwykła (GLU PSZ,) bułka graham niskosodowa (GLU PSZ) chleb mieszany 1 kromka (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło roślinne ser żółty (2 plastry) (MLE) kawa zbożowa z mlekiem b/cukru (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,)	sok wielowarzywny	kompot jabłkowy b/cukru surówka z marchwi i jabłka Kotlet ziemniaczany z cebulką (GLU PSZ, JAJ,) selerowa z ziemniakami i zieloną (GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata bez cukru chleb mieszany 3 kromki (GLU PSZ, GLU ŻYT) masło roślinne sałatka z og. kiszono bez skórki, marchwi i koperku z olejem jajko (JAJ,) ser biały z koperkiem (MLE)

2024-02-11 niedziela

Dieta	Posiłek nocny	SUMA
łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustkowa)	maślanka(MLE,)	Energia 2 063,70 kJ Białko ogółem 93,20 g Tłuszcz 45,70 g Węglowodany ogółem 334,90 g Błonnik pokarmowy 29,20 g Sód 1 158,40 mg
z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	maślanka(MLE,)	Energia 2 049,10 kJ Białko ogółem 83,60 g Tłuszcz 67,10 g Węglowodany ogółem 294,30 g Błonnik pokarmowy 35,60 g Sód 1 565,10 mg
wegetariańska	maślanka(MLE,)	Energia 2 000,90 kJ Białko ogółem 72,80 g Tłuszcz 56,80 g Węglowodany ogółem 311,20 g Błonnik pokarmowy 31,50 g Sód 1 623,90 mg

2024-02-11 niedziela	Dieta	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	łatwo strawna DZIECIĘCY	chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne jajko(JAJ,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,)	galaretka owocowa do picia	kompot z mięszem owocowym surówka z marchwi i jabłka spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne ogórek kiszony bez skórki ser biały z koperkiem(MLE)
	łatwo strawna dla położnic	mleko(MLE,) woda mineralna niegazowana chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z k.jęczm+fasolka+march .+natka+jog.nat.(MLE,) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,)	galaretka owocowa do picia	kompot z mięszem owocowym surówka z marchwi i jabłka spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,)		herbata z cukrem chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) masło roślinne sałatka z og. kiszongo bez skórki, marchwii i koperku z olejem ser biały z koperkiem(MLE)

2024-02-11 niedziela	Dieta	Posiłek nocny	SUMA
	łatwo strawna DZIECIĘCY	sok owocowy	Energia 2 025,90 kJ Białko ogółem 83,20 g Tłuszcz 61,20 g Węglowodany ogółem 298,00 g Błonnik pokarmowy 22,90 g Sód 1 166,40 mg
	łatwo strawna dla położnic	maślanka(MLE,)	Energia 2 025,20 kJ Białko ogółem 86,90 g Tłuszcz 62,40 g Węglowodany ogółem 295,40 g Błonnik pokarmowy 27,10 g Sód 1 455,80 mg