

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-04-15 poniedziałek	Śniadanie	plátky jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml kiełbasa szynkowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	plátky jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g jajko(JAJ,) 1 szt sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	plátky jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU JĘCZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	plátky jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml		kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml biszkopty (5 szt) 20 g	jabłko 120 g	sok pomidorowy 330 ml	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml
	Obiad	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml pier.leniw z b.ser(8 szt)masłem i buł tartą (GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g sur z czerw kap z jab i ceb, olej rzep. 120 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml Pierogi leniwe z b.ser.z m. pełnoziarnistą(GLU PSZ,ML,JAJ) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i mięsem mix(SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml filet z drobiu gotowany 110 g pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD				pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		
	Kolacja	konserwa rybna(GLU PSZ,RYB,) 75 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN	kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,) 150 ml					kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,) 150 ml
		: 2062.46 kcal; : 76.80 g; : 62.07 g; : 314.46 g; : 30.34 g; : 1185.91 mg;	: 1860.24 kcal; : 71.29 g; : 53.25 g; : 288.35 g; : 20.11 g; : 476.70 mg;	: 2068.64 kcal; : 74.45 g; : 59.72 g; : 325.51 g; : 24.15 g; : 693.55 mg;	: 1981.50 kcal; : 79.81 g; : 65.02 g; : 286.29 g; : 32.12 g; : 614.60 mg;	: 1894.07 kcal; : 77.40 g; : 77.33 g; : 221.68 g; : 8.05 g; : 752.68 mg;	: 2038.64 kcal; : 101.19 g; : 59.53 g; : 288.65 g; : 20.11 g; : 607.70 mg;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	
2024-04-16 wtorek	Śniadanie	parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g musztarda 20 g masło roślinne 10 g Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 kg herbata owocowa z cukrem 250 ml	parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g sałatka z og. kiszzonego bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata owocowa z cukrem 250 ml	parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka z og. kiszzonego bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g masło roślinne 15 g herbata owocowa b/cukru 250 ml Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 kg chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml		
	II ŚN	Szarlotka(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 140 g				Gruszka 1szt. 130 g	sok pomidorowy 330 ml	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml kotlet wiedeński z kurczaka(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 110 g Pęczak(GLU JĘCZ,) 200 g surówka z burak.+kap.kisz+marchew+jabłk o+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g bukiet jarzyn: brokuł i kalafior 200 g kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	pomidorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml		
	PD					jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		
	Kolacja	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml		
	PN	jogurt z czarną porzeczką i płatkami owsianymi(GLU OW,MLE,) 150 ml						
			: 2482.54 kcal; : 93.30 g; : 104.99 g; : 301.66 g; : 37.26 g; : 2423.67 mg;	: 2292.43 kcal; : 89.93 g; : 95.56 g; : 280.35 g; : 22.15 g; : 2036.90 mg;	: 2394.15 kcal; : 92.58 g; : 94.19 g; : 305.05 g; : 22.21 g; : 1458.53 mg;	: 1964.24 kcal; : 93.35 g; : 73.82 g; : 237.78 g; : 27.21 g; : 2320.43 mg;	: 1996.86 kcal; : 77.10 g; : 74.23 g; : 254.15 g; : 8.88 g; : 742.35 mg;	

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	
2024-04-17 środa	Śniadanie	płatki orkiszowe na mleku(GLU PSZ,MLE,) 250 ml Paprykarz szczeciński(GLU PSZ,SOJ,) 135 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	płatki orkiszowe na mleku(GLU PSZ,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	płatki orkiszowe na mleku(GLU PSZ,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt herbata bez cukru 250 ml	płatki orkiszowe z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml		
	II ŚN	Gruszka 1szt. 130 g		jabłko gotowane 120 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	Gruszka 1szt. 130 g	sok pomidorowy 330 ml		
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml pierogi ruskie (8 szt.)(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml pierogi ruskie z m.pełnoz.(8szt.) (GLU, PSZ,JAJ, MLE) 230 g	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL) 350 ml herbata z cukrem 250 ml		
	PD					pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		
	Kolacja	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sał ryżowa+sał+mar+ceb+pap+rodz+kuk+grosz+jog nat (MLE,) 130 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml		szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml		
	PN	galaretką owocową do picia 200 ml				jabłko 120 g		
		: 2061.93 kcal; : 70.43 g; : 60.18 g; : 316.30 g; : 26.64 g; : 1555.43 mg;	: 1984.23 kcal; : 76.82 g; : 54.59 g; : 309.56 g; : 24.96 g; : 927.18 mg;	: 2075.62 kcal; : 77.72 g; : 58.72 g; : 323.81 g; : 32.28 g; : 981.89 mg;	: 1407.93 kcal; : 53.48 g; : 42.66 g; : 210.85 g; : 26.75 g; : 722.47 mg;	: 1768.13 kcal; : 75.85 g; : 54.00 g; : 246.42 g; : 10.26 g; : 762.88 mg;		

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-04-18 czwartek	Śniadanie	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml kiełbasa wieprzowa50%-wołowa50%(2pl) 35 g sałatka z soją, marchwią, kap. pekińską, słonecz.,pest.dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr(GLU PSZ,ORZ,OZI SEZ SO 80 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g masło roślinne 10 g	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g sał.makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g sał.makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	kawa zbożowa INKA na mleku b/cukru(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g masło roślinne 15 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	
	II ŚN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		jabłko pieczone z cynamonem 120 g ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JĘCZ,GLU OW,MLE,SOJ OZI) 50 g	Gruszka 1szt. 130 g	sok owocowy 300 ml	
	Obiad	żurek na kielbasie z ziemniakami(GLU ŻYT,GLU PSZ,SOJ,MLE,) 350 ml hreczanki z kaszy gryczanej i mięsa (2 szt) ze szczypiorkiem(GLU PSZ,JAJ,) 200 g sos pieczarkowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z białej kapusty 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleciną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt) ze szczypiorkiem(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleciną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleciną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	
	PD				pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		
	Kolacja	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	herbata z cukrem 250 ml pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g		pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	
	PN	Ciasto drożdżowe z rodzynkami(GLU PSZ,MLE,JAJ) 60 g			jabłko 120 g		
		: 2152.18 kcal; : 83.76 g; : 73.59 g; : 304.96 g; : 39.59 g; : 809.82 mg;	: 2068.22 kcal; : 83.11 g; : 54.29 g; : 333.78 g; : 34.98 g; : 868.40 mg;	: 2210.40 kcal; : 80.23 g; : 64.23 g; : 349.22 g; : 37.30 g; : 648.21 mg;	: 2155.64 kcal; : 96.41 g; : 77.08 g; : 288.11 g; : 40.41 g; : 1107.77 mg;	: 2041.31 kcal; : 78.49 g; : 74.16 g; : 268.10 g; : 10.86 g; : 451.46 mg;	

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-04-19 piątek	Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml pasta wiosenna (twaróg+papryka+ogórek+por+rzodkiewka+szczypiorek)(MLE,) 90 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	pasta wiosenna (twaróg+papryka+ogórek+por+rzodkiewka+szczypiorek)(MLE,) 90 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	płatki ryżowe z bułką mix(GLU PSZ, MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	ciasto drożdżowe z kruszonką(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 60 g			maślanka(MLE,) 150 ml	sok pomidorowy 330 ml	
	Obiad	krem brokułowy z grzankami(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml żazanki(GLU PSZ,) 280 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	krem brokułowy z grzankami(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ, SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	krem brokułowy z grzankami(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ, SEL,) 230 g cukinia piecz z oreg i oliwą z oliwek 150 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml		
	PD				pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		
	Kolacja	sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+nat.pietr.+jog.nat.(SEL, JAJ, MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 84 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+nat.pietr.+jog.nat.(SEL, JAJ, MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	
	PZ	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g		
		: 2030.48 kcal; : 64.09 g; : 58.61 g; : 328.70 g; : 37.68 g; : 644.20 mg;	: 2056.68 kcal; : 61.61 g; : 67.04 g; : 320.06 g; : 31.68 g; : 540.93 mg;	: 2063.26 kcal; : 66.22 g; : 71.67 g; : 306.56 g; : 31.10 g; : 611.64 mg;	: 1895.40 kcal; : 62.63 g; : 73.08 g; : 259.92 g; : 34.93 g; : 595.25 mg;	: 1840.06 kcal; : 74.76 g; : 57.73 g; : 258.15 g; : 12.14 g; : 438.32 mg;	

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-04-20 sobota	Śniadanie	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml pasta z sera białego i ryby (szprot w pomidorach) ze szczypiorkiem(GLU PSZ,RYB,MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE,GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE,GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	płatki owsiane na mleku z bułką mix(GLU PSZ,GLU OW,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	kisiel 150 ml			kisiel b/cukru 150 ml jabłko 120 g	sok owocowy 300 ml	
	Obiad	ziemniaczana z zieleciną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml			ziemniaczana z zieleciną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	
	PD				jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		
	Kolacja	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	
	PN	jogurt z czarną porzeczką(MLE,) 150 ml					
		: 2102.89 kcal; : 70.94 g; : 57.45 g; : 336.00 g; : 30.16 g; : 1018.12 mg;	: 2062.34 kcal; : 67.44 g; : 57.40 g; : 328.87 g; : 21.14 g; : 711.57 mg;	: 1993.22 kcal; : 65.46 g; : 57.05 g; : 314.69 g; : 20.65 g; : 711.25 mg;	: 1981.23 kcal; : 65.72 g; : 64.85 g; : 293.63 g; : 31.47 g; : 830.95 mg;	: 1958.91 kcal; : 74.52 g; : 74.89 g; : 249.35 g; : 10.93 g; : 449.96 mg;	

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	
2024-04-21 niedziela	Śniadanie	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka z groszku+marchew+olej+bazylia 80 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml				jabłko 120 g	sok pomidorowy 330 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g ćwikła 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z mięszem owocowym 250 ml		Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g brokuł got.-różyczki 100 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml filet z drobiu gotowany 110 g udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	
	PD					jajko(JAJ,) 1 szt chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g masło roślinne 10 g		
	Kolacja	ser topiony(MLE) 50 g pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g pomidor b/ skórki 50 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g			
	: 2029.58 kcal; : 101.57 g; : 54.28 g; : 300.56 g; : 32.27 g; : 1023.39 mg;	: 2051.16 kcal; : 106.97 g; : 75.39 g; : 254.08 g; : 24.47 g; : 939.41 mg;		: 2106.00 kcal; : 111.09 g; : 86.64 g; : 237.77 g; : 31.29 g; : 939.73 mg;	: 1616.08 kcal; : 82.34 g; : 68.56 g; : 171.05 g; : 10.00 g; : 713.08 mg;	: 2114.06 kcal; : 130.22 g; : 76.42 g; : 241.98 g; : 22.47 g; : 997.91 mg;		

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-15 poniedziałek	Śniadanie	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser topiony(MLE) 50 g jajko(JAJ,) 1 szt sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	szynka z indyka 100% (1 plaster) 20 g masło (MLE) 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g masło (MLE) 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko 120 g	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml			
	Obiad	Rosolnik z kaszą jaglaną i mięsem mix(SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml Pierogi leniwe z b.ser.z m. pełnoziarnistą(GLU PSZ,ML,JAJ) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml Mała Pierogi leniwe (4 szt) z białym serem (GLU PSZE JAJ, MLEKO) 150 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml			
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,) 150 ml	kefir z jabłkiem pieczonym(MLE,) 150 ml			
		: 1874.82 kcal; : 99.86 g; : 74.13 g; : 218.87 g; : 22.01 g; : 769.06 mg;	: 2064.40 kcal; : 76.11 g; : 70.61 g; : 297.23 g; : 33.94 g; : 785.95 mg;	: 1041.15 kcal; : 39.53 g; : 34.46 g; : 156.89 g; : 15.67 g; : 366.06 mg;	: 1756.52 kcal; : 60.11 g; : 48.72 g; : 285.51 g; : 22.64 g; : 449.35 mg;	: 1862.77 kcal; : 61.89 g; : 48.97 g; : 307.46 g; : 21.50 g; : 433.84 mg;	: 2057.04 kcal; : 82.81 g; : 60.62 g; : 310.22 g; : 20.13 g; : 628.50 mg;

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-16 wtorek	Śniadanie	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałatka z og. kiszono bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g masło roślinne 15 g herbata owocowa b/cukru 250 ml Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 kg chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g	parówka (1 szt.)(SOJ,GOR) 45 g ketchup 20 g masło (MLE) 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata owocowa z cukrem 250 ml	parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ketchup 20 g masło (MLE) 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata owocowa z cukrem 250 ml	parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ogórek małosolny bez skórki 50 g ketchup 20 g masło (MLE) 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata owocowa z cukrem 250 ml	parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g pomidor b/ skórki 50 g masło (MLE,) 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata owocowa z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	Gruszka 1szt. 130 g		Szarlotka(GLU PSZ, JAJ,MLE,) 140 g Gruszka 1szt. 130 g		Szarlotka(GLU PSZ, JAJ,MLE,) 140 g
	Obiad	pomidorowa z ryżem z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Kotlet ziemniaczany z cebulką 2 szt (GLU PSZ, JAJ,) 150 g bukiet jarzyn: brokuł i kalafior 200 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała pomidorowa z ryżem(GLU PSZE,MLE) 175 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g mała kasza jęczmienną (GLU,JĘCZ,) 100 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		Pomidorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml kotlet wiedeński z kurczaka(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 110 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g				jabłko gotowane 120 g
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g ser topiony(MLE) 50 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały (MLE) 70 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jogurt z czarną porzeczką i płatkami owsianymi(GLU OW,MLE,) 150 ml	jabłko 120 g			jogurt z czarną porzeczką i płatkami owsianymi(GLU OW,MLE,) 150 ml
		: 1687.71 kcal; : 95.68 g; : 51.01 g; : 227.38 g; : 22.09 g; : 738.43 mg;	: 1597.65 kcal; : 55.16 g; : 72.57 g; : 183.52 g; : 21.35 g; : 1048.71 mg;	: 1054.97 kcal; : 52.16 g; : 44.62 g; : 122.49 g; : 14.11 g; : 644.96 mg;	: 1864.96 kcal; : 73.10 g; : 87.67 g; : 210.64 g; : 20.16 g; : 1431.38 mg;	: 1870.46 kcal; : 73.60 g; : 87.72 g; : 211.59 g; : 20.41 g; : 1782.88 mg;	: 2495.75 kcal; : 99.81 g; : 97.70 g; : 316.48 g; : 23.99 g; : 1544.31 mg;

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-17 środa	Śniadanie		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	płatki orkiszowe na mleku(GLU PSZ,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE,) 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN		Gruszka 1szt. 130 g		rogal maślany(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 1 szt dżem owocowy 25 g		Gruszka 1szt. 130 g ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JĘCZ,GLU OW,MLE,SOJ,OZI) 50 g
	Obiad		barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml pierogi ruskie z m.pełnoz.(8szt.) (GLU, PSZ,JAJ, MLE) 230 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała barszcz czerwony(GLU PSZE,MLE,SEL) 175 ml pierogi ruskie (8 szt.)(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml pierogi ruskie (8 szt.)(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD		pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g				
	Kolacja		jajko(JAJ,) 1 szt sał ryżowa+sał+mar+ceb+pap+rodz +kuk+grosz+jog nat (MLE,) 130 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko 120 g	galaretką owocowa do picia 200 ml			
			: 1371.70 kcal; : 44.65 g; : 42.34 g; : 211.06 g; : 26.84 g; : 279.78 mg;	: 1315.35 kcal; : 48.53 g; : 39.67 g; : 196.92 g; : 11.54 g; : 360.35 mg;	: 1798.13 kcal; : 62.18 g; : 47.56 g; : 287.78 g; : 16.66 g; : 555.40 mg;	: 1730.63 kcal; : 61.03 g; : 43.50 g; : 280.53 g; : 20.38 g; : 542.70 mg;	: 2304.86 kcal; : 89.01 g; : 55.78 g; : 370.16 g; : 22.68 g; : 1001.18 mg;

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-18 czwartek	Śniadanie	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa INKA na mleku b/cukru(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g masło (MLE) 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g dżem owocowy 25 g sał.makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt	sał.makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g sał.makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g	sałatka owocowa (jab+grusz+banan+ jog.nat) 200 g			
	Obiad	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml hreczanki wegetariańskie (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,SEL,JAJ,) 200 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	mała ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZE, MLE, SEL) 175 ml hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt)(GLU PSZ,GLU JĘCZ,JAJ,) 200 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g				sok owocowy 300 ml
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	herbata z cukrem 250 ml ser topiony(MLE) 50 g jajko(JAJ,) 1 szt ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko 120 g	mus owocowy 200 g	Ciasto drożdżowe z rodzynkami(GLU PSZ,MLE,JAJ) 60 g		
		: 1946.26 kcal; : 119.30 g; : 60.35 g; : 250.96 g; : 25.15 g; : 831.14 mg;	: 2132.38 kcal; : 69.69 g; : 71.97 g; : 323.60 g; : 43.00 g; : 795.49 mg;	: 1138.89 kcal; : 43.30 g; : 39.23 g; : 167.64 g; : 19.79 g; : 342.34 mg;	: 1776.78 kcal; : 69.51 g; : 52.24 g; : 277.22 g; : 30.23 g; : 525.04 mg;	: 1784.37 kcal; : 69.13 g; : 49.15 g; : 288.81 g; : 34.40 g; : 460.44 mg;	: 2052.61 kcal; : 81.82 g; : 57.72 g; : 323.32 g; : 31.96 g; : 629.35 mg;

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-19 piątek	Śniadanie	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	pasta wiosenna (twaróg+papryka+ogórek+por+rz odkiewka+szczypiorek)(MLE,) 90 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 15 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE,GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	maślanka(MLE,) 150 ml	ciasto drożdżowe z kruszonką(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g			
	Obiad	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	krem brokułowy z grzankami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g cukinia piecz z oreg i oliwą z oliwek 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała krem brokułowy z grzankami(GLU PSZE, SEL, MLEKO) 175 ml zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krem brokułowy z grzankami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g	sok owocowy 300 ml			
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+nat.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ,MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml jajko(JAJ,) 1 szt
	PN		jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g			
			: 1971.46 kcal; : 118.92 g; : 60.30 g; : 258.99 g; : 25.15 g; : 533.14 mg;	: 1895.40 kcal; : 62.63 g; : 73.08 g; : 259.92 g; : 34.93 g; : 595.25 mg;	: 1359.01 kcal; : 37.16 g; : 55.88 g; : 184.21 g; : 14.72 g; : 208.48 mg;	: 1748.54 kcal; : 52.84 g; : 64.97 g; : 257.41 g; : 27.99 g; : 516.62 mg;	: 1853.12 kcal; : 51.55 g; : 61.00 g; : 292.81 g; : 29.22 g; : 446.93 mg;

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-20 sobota	Śniadanie	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały (MLE) 70 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały (MLE) 70 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml		płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	kisiel b/cukru 150 ml jabłko 120 g	kisiel 150 ml			kisiel 150 ml ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g
	Obiad	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	mała ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZE, MLE, SEL) 175 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml		
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g				sok owocowy 300 ml
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser topiony(MLE) 50 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml	chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g dżem owocowy 25 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml		szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jogurt z czarną porzeczką(MLE,) 150 ml jabłko 120 g	mus owocowy 200 g			jogurt z czarną porzeczką(MLE,) 150 ml
			: 1847.26 kcal; : 97.80 g; : 59.05 g; : 250.96 g; : 25.15 g; : 776.14 mg;	: 2066.88 kcal; : 64.07 g; : 70.55 g; : 305.89 g; : 33.47 g; : 557.70 mg;	: 1189.65 kcal; : 34.10 g; : 33.24 g; : 194.51 g; : 10.74 g; : 356.98 mg;	: 1900.85 kcal; : 53.20 g; : 45.00 g; : 330.29 g; : 19.47 g; : 586.34 mg;	

		bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-21 niedziela	Śniadanie	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser topiony(MLE) 50 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko 120 g	galaretka owocowa do picia 200 ml			
	Obiad	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml jajko sadzone(JAJ,) 1 szt brokuł got.-różyczki 100 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g małe ziemniaki z koperkiem 70 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml		
	PD	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	jajko(JAJ,) 1 szt chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g masło roślinne 10 g				sok owocowy 300 ml
	Kolacja	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml jabłko 120 g	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml jabłko gotowane 120 g
	PN						
		: 1801.18 kcal; : 95.36 g; : 66.29 g; : 221.73 g; : 22.03 g; : 752.19 mg;	: 1625.60 kcal; : 56.28 g; : 58.96 g; : 231.42 g; : 28.55 g; : 548.21 mg;	: 1412.55 kcal; : 88.73 g; : 66.29 g; : 124.72 g; : 12.07 g; : 712.54 mg;	: 2005.16 kcal; : 106.57 g; : 74.99 g; : 241.98 g; : 22.47 g; : 937.41 mg;		: 2314.05 kcal; : 120.21 g; : 82.16 g; : 295.47 g; : 27.70 g; : 1213.73 mg;

mix do sondy - 13/M		łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	
2024-04-15 poniedziałek	Śniadanie		
	II ŚN		
	Obiad		
	PD		
	Kolacja		
	PN		

mix do sondy - 13/M		łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2024-04-16 wtorek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix (GLU PSZ, MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml
	Obiad	pomidorowa z ryżem z mięsem mix (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	PD	
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix (GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	
: 1996.86 kcal; : 77.10 g; : 74.23 g; : 254.15 g; : 8.88 g; : 742.35 mg;		

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2024-04-17 środa	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix (GLU PSZ, MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix (GLU PSZ, SEL) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	
	PD		
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix (GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	
	PN		
		: 2058.93 kcal; : 79.65 g; : 70.24 g; : 279.87 g; : 11.92 g; : 776.38 mg;	

2024-04-18 czwartek		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix (GLU PSZ, MLE,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	kawa zbożowa INKA na mleku z cukrem (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka z indyka 100% mięsa (2 plastry) 35 g miód naturalny 25 g sał. makaron. + march. + fasol. szpa rag. + natk. pietr. + jog. nat. (MLE,) 100 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g
	Obiad	Grysikowa z mięsem mix (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	ziemniaczana z zieleciną (GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml hreczanki z kaszy jęczmiennej i mięsa (2 szt) (GLU PSZ, GLU JĘCZ, JAJ,) 200 g sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml marchewka oprószana (GLU PSZ, MLE,) 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD		
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix (GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	herbata z cukrem 250 ml pasta z piecz. ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak. (RYB, MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g
	PN		biszkopty (5 szt) 20 g
		: 1947.91 kcal; : 76.98 g; : 74.22 g; : 244.02 g; : 8.53 g; : 448.70 mg;	: 2324.76 kcal; : 78.06 g; : 48.79 g; : 414.92 g; : 34.47 g; : 581.69 mg;

2024-04-19 piątek		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
	Śniadanie		płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem (MLE) 80 g miód naturalny 25 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN		ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki) (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g
	Obiad		krem brokułowy z grzankami (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml zapiekanka z makaronem i warzywami (GLU PSZ, SEL,) 230 g marchewka oprószana (GLU PSZ, MLE,) 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD		
	Kolacja		sałatka jarzynowa + nat. pietr. + jog. nat. (SEL, MLE,) 100 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko gotowane 120 g
			: 2170.64 kcal; : 60.54 g; : 48.79 g; : 391.79 g; : 34.77 g; : 628.41 mg;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2024-04-20 sobota	Śniadanie	płatki owsiane na mleku z bułką mix (GLU PSZ, GLU OW, MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem (MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kisiel 150 ml biszkopty (5 szt) 20 g
	Obiad	ziemniaczana z mięsem mix (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z zieleniną (GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml ryż na mleku z jabłkami (MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml
	PD		jabłko gotowane 120 g
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix (GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) 35 g sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr. .+ olej rzep. 100 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml jabłko gotowane 120 g
	PN		jogurt z czarną porzeczką (MLE,) 150 ml
		: 1958.91 kcal; : 74.52 g; : 74.89 g; : 249.35 g; : 10.93 g; : 449.96 mg;	: 2051.52 kcal; : 69.04 g; : 43.14 g; : 360.39 g; : 25.28 g; : 757.25 mg;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2024-04-21 niedziela	Śniadanie	ziemniaczana z mięsem mix (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	pasta z ugot. groszk. + march. + olej + bazylią 80 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml szynka drobiowa z kruczaka (3 pl) (SOJ,) g
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki) (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g
	Obiad	Rosół z makaronem i zieleń (GLU PSZ, SEL,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i zieleń (GLU PSZ, SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki (GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD		
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix (GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem (MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko gotowane 120 g
		: 1373.95 kcal; : 60.84 g; : 51.27 g; : 171.24 g; : 10.10 g; : 646.66 mg;	: 2130.05 kcal; : 109.77 g; : 60.36 g; : 306.86 g; : 31.20 g; : 697.43 mg;

SP ZOZ Leżajsk

ul. Leśna 22, 37-300, Leżajsk

Oznaczenia wskaźników odż.:

- *Energia,*
- *Energia,*
- *Białko ogółem,*
- *białko zwierzęce,*
- *białko roślinne,*
- *Tłuszcz,*
- *Węglowodany ogółem,*
- *Sód,*
- *Potas,*
- *Wapń,*
- *Fosfor,*
- *Żelazo,*
- *Witamina A (ekwiw. retinolu),*
- *Witamina D,*
- *Witamina C,*
- *Błonnik pokarmowy,*