

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-08 poniedziałek	Śniadanie	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml kielbasa szynkowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka z pomidora b/skórki, sałaty zielonej, fasolki szparagowej i natki pietruszki z olejem rzep. 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g sałatka z pomidora b/skórki, sałaty zielonej, fasolki szparagowej i natki pietruszki z olejem rzep. 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g
	II ŚN	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml biszkopty (5 szt) 20 g	jabłko 120 g
	Obiad	jarzynowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml bigos z białej kapusty z kielbasą i mięsem(GLU PSZ,SOJ,) 260 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	jarzynowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	jarzynowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 130 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	jarzynowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	herbata z cukrem 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	herbata z cukrem 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g dżem owocowy 25 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 chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	herbata bez cukru 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g
	PN	Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml			Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml	kefir z czarną porzeczką(MLE,) 150 ml	Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml
		: 1989.87 kcal; : 83.92 g; : 62.60 g; : 289.03 g; : 34.55 g; : 1258.43 mg;	: 2104.26 kcal; : 105.15 g; : 64.89 g; : 291.71 g; : 24.50 g; : 1054.27 mg;	: 725.83 kcal; : 21.98 g; : 5.89 g; : 144.40 g; : 8.33 g; : 255.43 mg;	: 2079.55 kcal; : 103.57 g; : 68.75 g; : 280.91 g; : 25.95 g; : 1113.20 mg;	: 2070.57 kcal; : 108.36 g; : 54.38 g; : 305.98 g; : 27.28 g; : 1155.07 mg;	: 2152.85 kcal; : 114.13 g; : 75.52 g; : 274.47 g; : 36.80 g; : 1225.72 mg;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-09 wtorek	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml południca sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka z kalafiozem+brokułem+pomidor b/skórki+ jog. nat.+ natk.pietr.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml południca sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka z kalafiozem+brokułem+pomidor b/skórki+ jog. nat.+ natk.pietr.(MLE,) 100 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml południca sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka z kalafiozem+brokułem+pomidor b/skórki+ jog. nat.+ natk.pietr.(MLE,) 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 kalafiozem+brokułem+pomidor b/skórki+ jog. nat.+ natk.pietr.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt herbata bez cukru 250 ml masło roślinne 15 g masło roślinne 15 g
	II ŚN	pomarańcza (1szt) 330 g	jabłko pieczone z cynamonem 120 g	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		pomarańcza (1szt) 330 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g
	Obiad	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml pier. leniwe z b. ser (8 szt) tł i bul tarta (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	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 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 makaron orkiszowy z serem i szpinakiem(GLU PSZ, MLE) 350 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g
	Kolacja	konserwa rybna(GLU PSZ, RYB,) 75 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 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	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 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 jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml
	PN	bułeczka drożdżowa z marmoladą(GLU PSZ, MLE, JAJ) 60 g			bułeczka drożdżowa z marmoladą(GLU PSZ, MLE, JAJ) 60 g		jabłko 120 g
		: 2140.64 kcal; : 73.87 g; : 62.44 g; : 340.95 g; : 35.41 g; : 794.39 mg;	: 1880.75 kcal; : 72.71 g; : 46.85 g; : 307.02 g; : 22.69 g; : 379.92 mg;	: 725.83 kcal; : 21.98 g; : 5.89 g; : 144.40 g; : 8.33 g; : 255.43 mg;	: 2050.65 kcal; : 73.04 g; : 60.03 g; : 322.63 g; : 26.10 g; : 548.77 mg;		: 2017.89 kcal; : 81.57 g; : 78.63 g; : 260.48 g; : 39.86 g; : 1148.94 mg;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-10 środa	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml ser topiony (MLE) 50 g sałatka z ciecierzycą, marchwią, kap. pekińską, słonecz., pest. dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml pasta z piecz. ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak. (RYB, MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml pasta z piecz. ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak. (RYB, MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml pasta z piecz. ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak. (RYB, MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g	kawa zbożowa z mlekiem i b/cukru (GLU ŻYT, GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml pasta z piecz. ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak. (RYB, MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g sałatka z ciecierzycą, marchwią, kap. pekińską, słonecz., pest. dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr 80 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa (GLU PSZ) 1 szt
	II ŚN	kasza manna na mleku z musem truskawkowym (GLU PSZ, MLE) 100 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	kasza manna na mleku z musem truskawkowym (GLU PSZ, MLE) 100 ml		jabłko 120 g
	Obiad	zupa fasolowa z zieleniną (GLU PSZ, SOJ,) 350 ml Gołąbki z kaszy jęczmiennej i ryżu z warzywami (2 szt) (GLU JEĆZ, SEL,) 350 g sos pieczarkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 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 surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ziemniaczana z zieleniną (GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml rizotto z warzywami (SEL,) 200 g sos pomidorowy (GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z mięszem owocowym 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 surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleniną (GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g sos pomidorowy (GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			jajko (JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka (GLU PSZ,) 30 g
	Kolacja	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) 35 g ogórek kiszony 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) 35 g ogórek kiszony bez skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl) (SOJ,) 50 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl) (SOJ,) 50 g ogórek kiszony bez skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl) (SOJ,) 50 g ogórek kiszony bez skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml
	PN	jogurt bananowy z otrębam (GLU PSZ,) 150 ml			jogurt bananowy z otrębam (GLU PSZ,) 150 ml	jogurt bananowy z otrębam (GLU PSZ,) 150 ml wafel ryżowy 2 szt (SEZ,) 23 g	jogurt (MLE,) 150 ml
		: 2084.07 kcal; : 75.33 g; : 69.55 g; : 304.86 g; : 44.99 g; : 1589.11 mg;	: 2024.61 kcal; : 67.21 g; : 63.36 g; : 313.78 g; : 26.88 g; : 1245.84 mg;	: 725.83 kcal; : 21.98 g; : 5.89 g; : 144.40 g; : 8.33 g; : 255.43 mg;	: 2039.48 kcal; : 71.54 g; : 55.88 g; : 329.75 g; : 27.55 g; : 1018.46 mg;	: 2002.78 kcal; : 72.47 g; : 47.97 g; : 336.83 g; : 28.06 g; : 1370.86 mg;	: 2075.74 kcal; : 74.88 g; : 70.79 g; : 304.07 g; : 44.64 g; : 1442.13 mg;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-11 czwartek	Śniadanie	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml pasztet drobiowy (1 szt)(GLU PSZ,SOJ,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml poledwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sał.makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenney 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki ryżowe na mleku(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 pszenney 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(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 bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt	herbata bez cukru 250 ml szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g bułka pełnoziarnista(GLU PSZ,) 1 szt herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	maślanka(MLE,) 150 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	maślanka(MLE,) 150 ml	maślanka(MLE,) 150 ml herbata z cukrem 250 ml	maślanka(MLE,) 150 ml wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g
	Obiad	ogórkowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Rumsztyk wołowy z cebulką(GLU PSZ, JAJ) 120 g ziemniaki z koperkiem 250 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	Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet wołowy(JAJ) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet wołowy(JAJ) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet wołowy(JAJ) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml buraczki(GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet wołowy(JAJ) 120 g ziemniaki z koperkiem 230 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml brokuł got.-różyczki 100 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml		chleb pszenney 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g masło roślinne 10 g	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 160 ml masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g
	Kolacja	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g pomidor 50 g masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb pszenney 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenney 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenney 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g dżem owocowy 25 g herbata z cukrem 250 ml	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml
	PN	galaretka owocowa do picia 200 ml			galaretka owocowa do picia 200 ml		jabłko 120 g
		: 2041.17 kcal; : 64.86 g; : 68.71 g; : 304.83 g; : 42.27 g; : 1606.55 mg;	: 2101.37 kcal; : 74.69 g; : 59.63 g; : 331.04 g; : 25.00 g; : 556.52 mg;	: 725.83 kcal; : 21.98 g; : 5.89 g; : 144.40 g; : 8.33 g; : 255.43 mg;	: 2044.37 kcal; : 63.08 g; : 58.25 g; : 332.22 g; : 25.60 g; : 501.81 mg;	: 2061.96 kcal; : 65.20 g; : 46.56 g; : 360.61 g; : 26.41 g; : 484.03 mg;	: 1990.85 kcal; : 61.34 g; : 60.14 g; : 309.99 g; : 31.25 g; : 867.86 mg;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-12 piątek	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałatka śledziowo-ryżowa z groszkiem papryką, kukurydzą, cebulą, szczypiorkiem z olejem(RYB,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cytryną i cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt masło roślinne 10 g herbata z cytryną b/ cukru 250 ml
	II ŚN	Piernik(GLU PSZ, JAJ,) 50 g		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	Piernik(GLU PSZ, JAJ,) 50 g	biskvity (5 szt) 20 g	jogurt(MLE,) 150 ml
	Obiad	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ, SEL, MLE,) 350 ml kotlet mielony z ryby(GLU PSZ, RYB, JAJ,) 130 g kapusta zasmażana(GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ, SEL, MLE,) 350 ml ryba po grecku(SEL,) 130 g bukiet jarzyn: brokuł i kalafior 200 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysiowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ, SEL, MLE,) 350 ml ryba po grecku(SEL,) 130 g bukiet jarzyn: brokuł i kalafior 200 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g masło roślinne 10 g jajko(JAJ,) 1 szt
	Kolacja	sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+nat.t.pietr.+jog.nat.(SEL, JAJ, MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysiowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g
		: 2286.28 kcal; : 79.70 g; : 76.55 g; : 339.42 g; : 37.53 g; : 1483.42 mg;	: 2115.27 kcal; : 80.05 g; : 63.12 g; : 325.13 g; : 26.71 g; : 837.07 mg;	: 725.83 kcal; : 21.98 g; : 5.89 g; : 144.40 g; : 8.33 g; : 255.43 mg;	: 2115.27 kcal; : 80.05 g; : 63.12 g; : 325.13 g; : 26.71 g; : 837.07 mg;	: 1953.77 kcal; : 80.71 g; : 40.57 g; : 334.91 g; : 27.30 g; : 861.42 mg;	: 1975.22 kcal; : 80.60 g; : 68.37 g; : 276.36 g; : 34.21 g; : 494.73 mg;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-13 sobota	Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml twarożek ze szczypiorkiem (MLE,) 80 g sałatka z groszku + marchew + olej + bazylia 80 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 pasta z ugot. groszku + march. + olej + bazylia 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem (MLE) 80 g pasta z ugot. groszku + march. + olej + bazylia 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml		twarożek ze szczypiorkiem (MLE,) 80 g pasta z ugot. groszku + march. + olej + bazylia 80 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa (GLU PSZ) 1 szt herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	kisiel 150 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	kisiel 150 ml		kisiel b/cukru 150 ml
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną (GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml wątróbka drob. z cebulką smażoną 120 g sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną (GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml zapiekanka z makaronem i warzywami (GLU PSZ, SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną (GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną (GLU PSZ, SEL,) 230 g marchewka oprószana (GLU PSZ, MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml		barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną (GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną (GLU PSZ, SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka (GLU PSZ,) 30 g
	Kolacja	pasta z jaj z koperkiem (JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki (GLU PSZ, GLU ŻYT) 84 g herbata z cukrem 250 ml	pasta z jaj z koperkiem (JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	pasta z jaj z koperkiem (JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		pasta z jaj z koperkiem (JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml
	PN	maślanka (MLE,) 150 ml			maślanka (MLE,) 150 ml		maślanka (MLE,) 150 ml
		: 2067.83 kcal; : 89.43 g; : 62.73 g; : 301.25 g; : 30.61 g; : 1100.89 mg;	: 2010.90 kcal; : 70.87 g; : 67.41 g; : 297.08 g; : 28.69 g; : 572.35 mg;	: 725.83 kcal; : 21.98 g; : 5.89 g; : 144.40 g; : 8.33 g; : 255.43 mg;	: 2009.86 kcal; : 71.88 g; : 66.22 g; : 300.60 g; : 31.18 g; : 637.26 mg;		: 1819.86 kcal; : 63.06 g; : 65.18 g; : 264.16 g; : 37.91 g; : 518.49 mg;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-14 niedziela	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kruczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g miód naturalny 25 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g masło roślinne 10 g		kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml		jabłko 120 g
	Obiad	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g kompot jabłkowy 250 ml		sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g kompot jabłkowy 250 ml		selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			szynka drobiowa z kruczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g
	Kolacja	ser topiony(MLE) 50 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(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
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g
		: 1967.08 kcal; : 69.04 g; : 52.18 g; : 315.60 g; : 29.44 g; : 765.69 mg;	: 1958.11 kcal; : 78.36 g; : 62.90 g; : 280.89 g; : 22.66 g; : 835.02 mg;	: 725.83 kcal; : 21.98 g; : 5.89 g; : 144.40 g; : 8.33 g; : 255.43 mg;	: 2208.48 kcal; : 76.63 g; : 54.83 g; : 363.66 g; : 22.77 g; : 667.04 mg;		: 2028.43 kcal; : 81.24 g; : 67.60 g; : 284.94 g; : 32.23 g; : 1023.58 mg;

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-04-08 poniedziałek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kruczaka (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	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko 120 g	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml	
	Obiad	jarzynowa z makaronem i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	jarzynowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	jarzynowa z makaronem i mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	jarzynowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Kotlet ziemniaczany z cebulką(GLU PSZ,JAJ,) 150 szt surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	jarzynowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 250 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		
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	herbata z cukrem 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g jajko(JAJ,) 1 szt chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g masło roślinne 15 g	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	herbata bez cukru 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 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	
	PN		Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml		Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml	mus owocowy 200 g	
		: 1862.21 kcal; : 77.33 g; : 58.30 g; : 257.57 g; : 9.07 g; : 444.00 mg;	: 2275.16 kcal; : 115.64 g; : 78.96 g; : 295.26 g; : 27.37 g; : 1337.81 mg;	: 1835.06 kcal; : 118.18 g; : 56.03 g; : 232.16 g; : 22.56 g; : 514.79 mg;	: 1741.64 kcal; : 71.96 g; : 63.72 g; : 236.08 g; : 35.07 g; : 755.13 mg;	: 1765.01 kcal; : 90.83 g; : 59.03 g; : 233.90 g; : 20.53 g; : 988.38 mg;	

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-04-09 wtorek	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU JĘCZ, MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	połędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka z kalafiolem+brokułem+pomidor b/skórki+ jog. nat.+ natk.pietr.(MLE,) 100 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml jajko(JAJ,) 1 szt sałatka z kalafiolem+brokułem+pomidor b/skórki+ jog. nat.+ natk.pietr.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	połędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g masło (MLE) 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ, MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	połędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) g masło (MLE) 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ, MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	pomarańcza (1szt) 330 g	pomarańcza (1szt) 330 g mus owocowy 200 g	
	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 (8szt) z białym serem(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g filet z drobiu gotowany 110 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i mięsem mix(SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	krupnik jaglany z zieleniną(SEL, MLE,) 350 ml pier. leniwe z b. ser (8 szt) tł i buł tartą (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 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 fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml			
	Kolacja	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 sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml 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 z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g sałata zielona (2 liście) 35 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 sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		bułeczka drożdżowa z marmoladą(GLU PSZ, MLE, JAJ) 60 g		jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g	bułeczka drożdżowa z marmoladą(GLU PSZ, MLE, JAJ) 60 g
		: 1894.07 kcal; : 77.40 g; : 77.33 g; : 221.68 g; : 8.05 g; : 752.68 mg;	: 1989.65 kcal; : 96.36 g; : 48.28 g; : 307.02 g; : 22.69 g; : 440.42 mg;	: 1874.82 kcal; : 99.86 g; : 74.13 g; : 218.87 g; : 22.01 g; : 769.06 mg;	: 1962.51 kcal; : 69.32 g; : 49.34 g; : 329.27 g; : 36.03 g; : 429.20 mg;	: 1798.27 kcal; : 66.33 g; : 50.07 g; : 289.35 g; : 24.91 g; : 340.47 mg;	: 1786.40 kcal; : 58.02 g; : 43.78 g; : 306.27 g; : 23.62 g; : 281.07 mg;

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-04-10 środa	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU JĘCZ, MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g pomidor 50 g dżem owocowy 25 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata zielona z cukrem 250 ml	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata zielona z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ, MLE) 100 ml	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	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	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ, MLE) 100 ml
	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 rizotto z warzywami(SEL,) 200 g filet z drobiu gotowany 110 g sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	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 surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 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 surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z miąższem owocowym 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		
	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 ogórek kiszony bez skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g jajko(JAJ,) 1 szt jajko(JAJ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	połędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	połędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g ogórek kiszony bez skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jogurt bananowy z otrębam(GLU PSZ,) 150 ml		jogurt bananowy z otrębam(GLU PSZ,) 150 ml		
		: 1992.41 kcal; : 75.19 g; : 73.74 g; : 260.00 g; : 10.11 g; : 450.56 mg;	: 2131.79 kcal; : 101.44 g; : 66.14 g; : 300.14 g; : 26.39 g; : 1422.72 mg;	: 1847.26 kcal; : 97.80 g; : 59.05 g; : 250.96 g; : 25.15 g; : 776.14 mg;	: 2153.31 kcal; : 74.93 g; : 72.18 g; : 315.20 g; : 33.03 g; : 778.72 mg;	: 1808.95 kcal; : 58.41 g; : 51.95 g; : 294.18 g; : 26.58 g; : 482.27 mg;	: 1852.41 kcal; : 60.04 g; : 51.40 g; : 303.76 g; : 26.70 g; : 776.50 mg;

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-04-11 czwartek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g bułka pełnoziarnista(GLU PSZ,) 1 szt herbata bez cukru 250 ml	szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g jajko(JAJ,) 1 szt herbata z cukrem 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 herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml		sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	maślanka(MLE,) 150 ml sok wielowarzywny 330 ml	Banan 200 g	
	Obiad	ryżowa z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml		ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Kotlet ziemniaczany z cebulką(GLU PSZ,JAJ,) 150 szt brokuł got.-różyczki 100 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet wołowy(JAJ) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 160 ml masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml		ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt pomidor 50 g masło roślinne 10 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g połędwica sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN				jabłko 120 g	galaretką owocową do picia 200 ml	
		: 1980.66 kcal; : 76.68 g; : 74.18 g; : 251.00 g; : 8.65 g; : 749.90 mg;		: 1781.01 kcal; : 94.31 g; : 66.80 g; : 217.25 g; : 21.65 g; : 757.98 mg;	: 1951.51 kcal; : 72.62 g; : 62.64 g; : 277.84 g; : 32.65 g; : 1421.47 mg;	: 1817.88 kcal; : 52.13 g; : 47.20 g; : 310.36 g; : 21.85 g; : 407.63 mg;	: 2041.92 kcal; : 61.77 g; : 50.57 g; : 356.18 g; : 31.90 g; : 467.74 mg;

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-04-12 piątek	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) ml herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło (MLE) 10 g herbata z cytryną i cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt masło (MLE) 10 g herbata z cytryną i cukrem 250 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	Piernik(GLU PSZ,JAJ,) 50 g	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jogurt(MLE,) 150 ml	Piernik(GLU PSZ,JAJ,) 50 g	
	Obiad	herbata z cukrem 250 ml krupnik z mięsem mix(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml	krupnik z zieleniną(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml ryba po grecku(SEL,) 130 g ryba gotowa na w sosie pomidorowym(GLU PSZ,SEL,MLE,) 90 g bukiet jarzyn: brokuł i kalafior 200 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z mięsem mix(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml placki ziemniaczane (2 szt)(GLU PSZ,JAJ,) 240 g bukiet jarzyn: brokuł i kalafior 200 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml Dorsz po grecku (SEL) 130 kg bukiet jarzyn: brokuł i kalafior 200 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml			
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+nat.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml dżem owocowy 25 g	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g	
		: 1254.12 kcal; : 54.12 g; : 50.71 g; : 148.84 g; : 6.56 g; : 322.35 mg;	: 2371.71 kcal; : 104.23 g; : 68.40 g; : 352.64 g; : 30.43 g; : 982.51 mg;	: 1885.47 kcal; : 95.95 g; : 70.65 g; : 236.06 g; : 23.24 g; : 469.52 mg;	: 2103.24 kcal; : 62.46 g; : 80.65 g; : 299.32 g; : 30.89 g; : 956.67 mg;	: 1817.37 kcal; : 49.96 g; : 62.15 g; : 280.67 g; : 23.96 g; : 326.04 mg;	: 1835.54 kcal; : 51.60 g; : 62.37 g; : 283.47 g; : 24.44 g; : 325.33 mg;

		plynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-04-13 sobota	Śniadanie		płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze szczypiorkiem(MLE,) 80 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt herbata bez cukru 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	
	II ŚN		kisiel 150 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	kisiel b/cukru 150 ml	ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g kisiel 150 ml	
	Obiad		barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml filet z drobiu gotowany 110 g zapiekaną z makaronem i warzywami(GLU PSZ, SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy 250 ml	jarzynowa z makaronem i mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml Zapiekaną z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ, SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml zapiekaną z makaronem i warzywami(GLU PSZ, SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy 250 ml	
	PD			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		
	Kolacja		pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN		maślanka(MLE,) 150 ml		maślanka(MLE,) 150 ml		sok owocowy 300 ml
			: 2119.80 kcal; : 94.52 g; : 68.84 g; : 297.08 g; : 28.69 g; : 632.85 mg;	: 1835.06 kcal; : 118.18 g; : 56.03 g; : 232.16 g; : 22.56 g; : 514.79 mg;	: 1819.86 kcal; : 63.06 g; : 65.18 g; : 264.16 g; : 37.91 g; : 518.49 mg;	: 1833.68 kcal; : 56.00 g; : 64.33 g; : 271.03 g; : 25.28 g; : 532.01 mg;	: 1878.68 kcal; : 56.50 g; : 64.83 g; : 282.03 g; : 25.28 g; : 542.01 mg;

		płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-04-14 niedziela	Śniadanie		kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jęczm.+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ser biały (MLE) 70 g sałatka z k.jęczm.+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g
	II ŚN		galaretka owocowa do picia 200 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko 120 g	galaretka owocowa do picia 200 ml	
	Obiad		selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g filet z drobiu gotowany 110 g kompot jabłkowy 250 ml	selerowa z ziemniakami i mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml Kotlet ziemniaczany z cebulką(GLU PSZ, JAJ,) 150 szt surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g kompot z mięszem owocowym 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		
	Kolacja		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(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	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g dżem owocowy 25 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 dżem owocowy 25 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 gotowane 120 g		jabłko 120 g	sok owocowy 300 ml	
			: 2067.01 kcal; : 102.01 g; : 64.33 g; : 280.89 g; : 22.66 g; : 895.52 mg;	: 1900.40 kcal; : 119.02 g; : 52.33 g; : 259.37 g; : 25.51 g; : 531.75 mg;	: 1838.39 kcal; : 69.74 g; : 66.62 g; : 258.72 g; : 34.28 g; : 755.78 mg;	: 1776.56 kcal; : 71.14 g; : 53.93 g; : 258.78 g; : 16.01 g; : 621.70 mg;	: 1812.36 kcal; : 71.11 g; : 57.93 g; : 258.81 g; : 16.01 g; : 633.85 mg;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	łatwo strawna bez mleka
2024-04-08 poniedziałek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g mleko(MLE,) 200 ml		
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml woda mineralna niegazowana 500 ml		
	Obiad	jarzynowa z makaronem i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	jarzynowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD		sok owocowy 300 ml		
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	herbata z cukrem 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g		
	PN		Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml		
		: 1862.21 kcal; : 77.33 g; : 58.30 g; : 257.57 g; : 9.07 g; : 444.00 mg;	: 2281.95 kcal; : 114.10 g; : 70.42 g; : 319.39 g; : 27.39 g; : 1196.88 mg;		

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	łatwo strawna bez mleka
2024-04-09 wtorek	Śniadanie		płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z kalafiozem+brokułem+pomidor b/skórki+ jog. nat.+ natk.pietr.(MLE,) 100 g masło (MLE) 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml	połędwica sopocka (1 plaster)(SOJ,) g masło (MLE) 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN		jabłko pieczone z cynamonem 120 g	pomarańcza (1szt) 330 g	
	Obiad		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	Mały rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną (SEL) 175 ml Mała Pierogi leniwe (4 szt) z białym serem (GLU PSZE JAJ, MLEKO) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml fasolka szparagowa gotowana 90 g	
	PD		owsianka z jabłkami(GLU OW,MLE,) 300 ml		
	Kolacja		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	masło roślinne 10 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN		jabłko 120 g	biszkopty (5 szt) 20 g	
			: 1981.20 kcal; : 82.70 g; : 59.59 g; : 298.82 g; : 26.48 g; : 549.81 mg;	: 1048.58 kcal; : 26.40 g; : 29.83 g; : 182.85 g; : 18.59 g; : 180.69 mg;	

mix do sondy - 13/M		łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	łatwo strawna bez mleka
2024-04-10 środa	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml		
	II ŚN	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ, MLE) 100 ml		
	Obiad	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z mięszem owocowym 250 ml sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml		
	PD	biszkopty (5 szt) 20 g		
	Kolacja	połędwica sopocka (3 plastry)(SOJ,) 50 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml		
	PN	jogurt bananowy z otrębam(GLU PSZ,) 150 ml		
		: 2249.88 kcal; : 81.09 g; : 61.97 g; : 359.12 g; : 28.18 g; : 676.98 mg;		

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	łatwo strawna bez mleka
2024-04-11 czwartek	Śniadanie		płatki ryżowe na mleku(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 (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml herbata z cukrem 250 ml	szynka z indyka 100% (1 plaster) 20 g herbata z cukrem 250 ml masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 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 bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN		Banan 200 g		jabłko gotowane 120 g
	Obiad		Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet wołowy(JAJ) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml buraczki(GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała ryżowa z zieleniną(GLU PSZE,SEL,MLE) 175 ml pulpet wołowy(JAJ) 115 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g małe ziemniaki z koperkiem 70 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	ryżowa z zieleniną b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml pulpet wołowy(JAJ) 120 g sos pieczeniowy b/śmietany(GLU PSZ,) 50 ml ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kompot z mięszem owocowym 250 ml
	PD		jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 160 ml		
	Kolacja		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały (MLE) 70 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	szynka z indyka 100% mięsa(2 plastry) 35 g jajko(JAJ,) 1 szt pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml
	PN		galaretka owocowa do picia 200 ml		
			: 2305.65 kcal; : 71.75 g; : 62.84 g; : 382.42 g; : 29.02 g; : 676.42 mg;	: 1179.20 kcal; : 28.89 g; : 36.48 g; : 197.46 g; : 17.95 g; : 333.10 mg;	: 2011.13 kcal; : 50.38 g; : 48.36 g; : 357.40 g; : 26.45 g; : 415.87 mg;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	łatwo strawna bez mleka
2024-04-12 piątek	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) ml herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jog urt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło (MLE) 10 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt masło (MLE) 10 g herbata z cytryną i cukrem 250 ml	jajko(JAJ,) szt sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jog urt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	Piernik(GLU PSZ,JAJ,) 50 g		jabłko gotowane 120 g
	Obiad	herbata z cukrem 250 ml krupnik z mięsem mix(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml ryba po grecku(SEL,) 130 g bukiet jarzyn: brokuł i kalafior 200 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	mały krupnik z zieleniną (GLU,JĘCZ,SEL,MLE) 175 ml Dorsz po grecku (SEL) 130 kg bukiet jarzyn: brokuł i kalafior 200 g małe ziemniaki z koperkiem 70 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml ryba po grecku(SEL,) 130 g bukiet jarzyn: brokuł i kalafior 200 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		owsianka z jabłkami(GLU OW,MLE,) 300 ml		
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 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 10 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 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
PN		jabłko gotowane 120 g			
		: 1254.12 kcal; : 54.12 g; : 50.71 g; : 148.84 g; : 6.56 g; : 322.35 mg;	: 2358.55 kcal; : 94.46 g; : 74.15 g; : 347.95 g; : 29.86 g; : 993.78 mg;	: 1096.17 kcal; : 27.23 g; : 51.83 g; : 141.95 g; : 15.24 g; : 204.92 mg;	: 7894.77 kcal; : 500.44 g; : 93.24 g; : 1407.84 g; : 210.67 g; : 2437.62 mg;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	łatwo strawna bez mleka
2024-04-13 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 pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml		szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g miód naturalny 25 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazylia 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kisiel 150 ml		kisiel 150 ml
	Obiad	jarzynowa z makaronem i mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ, SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy 250 ml		barszcz czerwony z ziemniakami b/ śmietany(GLU PSZ, SEL,) 350 ml zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ, SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 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	pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		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
	PN		maślanka(MLE,) 150 ml		jabłko gotowane 120 g
		: 1719.81 kcal; : 73.36 g; : 59.03 g; : 223.82 g; : 9.14 g; : 442.50 mg;	: 2216.30 kcal; : 77.27 g; : 79.68 g; : 317.46 g; : 30.78 g; : 688.12 mg;		: 2102.73 kcal; : 52.12 g; : 56.90 g; : 369.60 g; : 34.01 g; : 793.97 mg;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	łatwo strawna bez mleka
2024-04-14 niedziela	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JEĆCZ,MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml		szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g miód naturalny 25 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml		galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	selerowa z ziemniakami i mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z miąższem owocowym 250 ml		selerowa z ziemniakami b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g kompot jabłkowy 250 ml
	PD				
	Kolacja	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 pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g
		: 1929.55 kcal; : 78.36 g; : 54.65 g; : 285.28 g; : 12.30 g; : 461.27 mg;	: 1996.59 kcal; : 82.43 g; : 60.24 g; : 299.40 g; : 28.68 g; : 883.31 mg;		: 2150.91 kcal; : 71.33 g; : 54.73 g; : 354.26 g; : 23.13 g; : 733.03 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,*