

Poniedziałek 29.01.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (250 ml) <u>(GLU MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ., MLE.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (100 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Herbata czarna (20 g)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU OW, SEL.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (100 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU OW, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (100 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU OW, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (100 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU OW, SEL.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Serek Fromage (40 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (20 g) Banan (120 g) 1 szt. Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Płatki owsiane na mleku (250 ml) <u>(GLU OW, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (90 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (60 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Serek Fromage (40 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (20 g) Banan (120 g) 1 szt. Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>

	Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Waffle ryżowe (50 g)	Kiwi (100 g) 1 szt.	Kiwi (100 g) 1 szt.	Kiwi (100 g) 1 szt.	Kiwi (100 g) 1 szt.	Budyń o smaku czekoladowym (150 ml) <u>(MLE.)</u>
II śniadanie	Kiwi (100 g) 1 szt.	Pomidorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Buraczki gotowane (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Buraczki gotowane (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Surówka z białej kapusty <u>(SEL.)</u> (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z ryżem b/mleka (300 ml) <u>(SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym b/mleka (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z białej kapusty <u>(SEL.)</u> (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Surówka z białej kapusty <u>(SEL.)</u> (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	
Obiad	Pomidorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Surówka z białej kapusty <u>(SEL.)</u> (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Buraczki gotowane (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Buraczki gotowane (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Surówka z białej kapusty <u>(SEL.)</u> (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z ryżem b/mleka (300 ml) <u>(SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym b/mleka (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z białej kapusty <u>(SEL.)</u> (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Klopsiki wieprzowe w sosie pietruszkowym (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Surówka z białej kapusty <u>(SEL.)</u> (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	
Podwieczorek	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem (150 g)	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ.)</u>	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u>	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u>	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u>	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u>	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u>	

	<p><u>PSZ., GLU</u> <u>ŻYT.</u></p> <p>Chleb graham (30 g) <u>GLU</u> <u>PSZ., GLU</u> <u>ŻYT.</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>MLE</u></p> <p>Ser żółty (50 g) <u>MLE</u></p> <p>Ogórek świeży (50 g)</p> <p>Sałata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Masło (82%) (10 g) <u>MLE</u></p> <p>Szynka drobiowa (40 g) <u>SOJ.</u></p> <p>Twaróg chudy (50 g) <u>MLE</u></p> <p>Pomidor b/skórki (60 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb graham (50 g) <u>GLU</u> <u>PSZ., GLU</u> <u>ŻYT.</u></p> <p>Masło 82% (20 g) <u>MLE</u></p> <p>Ser żółty (50 g) <u>MLE</u></p> <p>Ogórek świeży (50 g)</p> <p>Sałata zielona (20 g)</p> <p>Herbata b/c (250 ml)</p>	<p>Masło 82% (20 g) <u>MLE</u></p> <p>Ser żółty (50 g) <u>MLE</u></p> <p>Ogórek świeży (50 g)</p> <p>Sałata zielona (20 g)</p> <p>Herbata b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb graham (50 g) <u>GLU</u> <u>PSZ., GLU</u> <u>ŻYT.</u></p> <p>Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)</p> <p>Polędwica sopocka (60 g)</p> <p>Ogórek świeży (50 g)</p> <p>Sałata zielona (20 g)</p> <p>Herbata b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb graham (50 g) <u>GLU</u> <u>PSZ., GLU</u> <u>ŻYT.</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>MLE</u></p> <p>Ser żółty (60 g) <u>MLE</u></p> <p>Ogórek świeży (50 g)</p> <p>Sałata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>
Posiłek nocny	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko pieczone (120 g) 1 szt.</p>	<p>Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>GLU</u> <u>PSZ., MLE.</u></p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>GLU</u> <u>PSZ., SOJ., MLE.</u></p>	<p>Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>GLU</u> <u>PSZ., SOJ., MLE.</u></p>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Wtorek 30.01.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żółdkowo/wątrobow a (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żółdkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa uboga energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> <u>PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Twaróg chudy (30 g) <u>(MLE.)</u> Miód (30 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Zupa mleczna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Bułka grahamka (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Zupa mleczna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Bułka grahamka (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Kasza manna z kaszą manną (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Twaróg półtłusty (30 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	

II śniadanie	Mandarynka (100 g) 1 szt.	Mandarynka (100 g) 1 szt.	Mandarynka (100 g) 1 szt.	Mandarynka (100 g) 1 szt.	Mandarynka (100 g) 1 szt.	Mandarynka (100 g) 1 szt.
Obiad	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p> <p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JECZ.)</u> Gulasz z łopatki wieprzowej (160 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p> <p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JECZ.)</u> Gulasz z łopatki wieprzowej (160 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p> <p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (100 g) <u>(GLU JECZ.)</u> Gulasz z łopatki wieprzowej (160 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p> <p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JECZ.)</u> Gulasz z łopatki wieprzowej (160 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p> <p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JECZ.)</u> Gulasz z łopatki wieprzowej (160 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p> <p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JECZ.)</u> Gulasz z łopatki wieprzowej (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)</p>
Podwieczorek	<p>Kisiel owocowy (150 g)</p>	<p>Kisiel owocowy (150 g)</p>	<p>Kisiel owocowy (150 g)</p>	<p>Kisiel owocowy b/c (150 g)</p>	<p>Kisiel owocowy (150 g)</p>	<p>Kisiel owocowy (150 g)</p>
Kolacja	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u></p>	<p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Poledwica sopočka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki (50 g)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u></p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u></p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u></p>	<p>Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Poledwica sopočka (70 g) <u>(SOJ.)</u></p>

	Polędwica sopocka (70 g) (SOJ.) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Herbata czarna (250 ml)	Polędwica sopocka (70 g) (SOJ.) Pomidor (50 g) Herbata b/c (250 ml)		zaw. 80% tł. (20 g) Polędwica sopocka (70 g) (SOJ.) Pomidor (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Żółty ser (20 g) (MLE) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Środa 31.01.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
-----------------------------------	----------------------	--	--	--	-------------------------	---

	(300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kotlet schabowy (120 g) <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL.)</u> Ziemniaki (200 g) Buraczki na ciepło (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	<u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Schab duszony w sosie własnym (120 g) <u>(SEL.)</u> Ziemniaki (200 g) Buraczki na ciepło (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	(300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Schab duszony w sosie własnym (120 g) <u>(SEL.)</u> Ziemniaki (100 g) Surówka z buraczków (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kotlet schabowy (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL.)</u> Ziemniaki (200 g) Buraczki na ciepło (150 g) Banan (120 g) 1 szt. Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Budyń śmietankowy b/c (150 g) <u>(MLE.)</u>	Budyń śmietankowy b/c (150 g) <u>(MLE.)</u>	Jabłko (120 g) 1 szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasztet z soczewicy (60 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u>	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Serek ziarnisty naturalny (150 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasztet z soczewicy (60 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasztet z soczewicy (60 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)

	Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)				
Posiłek nocny	Jabłko (120 g) 1 szt.	Jabłko pieczone (120 g) 1 szt.	Kanapka z twarożkiem i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), twarożek (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko (120 g) 1 szt.	Jabłko (120 g) 1 szt.	Kanapka z twarożkiem i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), twarożek (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ, MLE.)	

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Czwartek 01.02.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
--------------------------------------	----------------------	---	--	--	-------------------------	---

Śniadanie	wydzielanie soku żółtkowego	<p>Zupa mleczna z makaronem (250 ml) (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)</p> <p>Chleb pszenna długa krojona (100 g) (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło (82%) (10 g) (<u>MLE.</u>)</p> <p>Parówki drobiowe (90 g) (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek kremowy kanapkowy (20 g) (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor b/skórki (60 g) (<u>MLE.</u>)</p> <p>Sałata zielona (10 g)</p> <p>Kawa zbożowa (250 ml) (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym (250 g) (<u>SEL.</u>)</p> <p>Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło 82% (20 g) (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jajecznicą ze szczypiorkiem na maśle (100 g) (<u>JAJ. MLE.</u>)</p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym (250 g) (<u>SEL.</u>)</p> <p>Masło 82% (20 g) (<u>MLE.</u>)</p> <p>Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb graham (90 g) (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Jajecznicą ze szczypiorkiem na maśle (100 g) (<u>JAJ. MLE.</u>)</p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym (250 g) (<u>SEL.</u>)</p> <p>Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)</p> <p>Jajecznicą ze szczypiorkiem (100 g) (<u>JAJ. MLE.</u>)</p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Zupa mleczna z makaronem (250 ml) (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Butka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło (82%) (20 g) (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jajecznicą ze szczypiorkiem na maśle (150 g) (<u>JAJ. MLE.</u>)</p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Kawa zbożowa (250 ml) (<u>GLU PSZ., MLE.</u>)</p>
II śniadanie	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Serek waniliowy homogenizowany (150 g) (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Zupa ziemniaczana (300 ml) (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>)	Zupa ziemniaczana (300 ml) (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>)	Zupa ziemniaczana (300 ml) (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>)	Zupa ziemniaczana b/mleka (300 ml) (<u>GLU PSZ., MLE. SEL.</u>)	Zupa ziemniaczana (300 ml) (<u>GLU PSZ., MLE. SEL.</u>)	

	<p>Udko z kurczaka pieczone (130 g)</p> <p>Ryż paraboliczny (200 g)</p> <p>Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p> <p>Marchewka gotowana (150 g)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Ryż paraboliczny (200 g)</p> <p>Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p> <p>Marchewka gotowana (150 g)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Udko z kurczaka pieczone (130 g)</p> <p>Ryż paraboliczny (200 g)</p> <p>Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p> <p>Surówka z marchwi (b/c) (150 g)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Ryż paraboliczny (100 g)</p> <p>Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p> <p>Surówka z marchwi (b/c) (150 g)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Udko z kurczaka pieczone (130 g)</p> <p>Ryż paraboliczny (200 g)</p> <p>Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p> <p>Surówka z marchwi (b/c) (150 g)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Ryż paraboliczny (200 g)</p> <p>Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p> <p>Marchewka gotowana (150 g)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Udko z kurczaka pieczone (130 g)</p> <p>Ryż paraboliczny (200 g)</p> <p>Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p> <p>Marchewka gotowana (150 g)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Ryż paraboliczny (200 g)</p> <p>Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p> <p>Marchewka gotowana (150 g)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Ryż paraboliczny (200 g)</p> <p>Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p> <p>Marchewka gotowana (150 g)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	
Podwieczorek	<p>Kiwi (100 g) 1 szt.</p>	<p>Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p>	<p>Kiwi (100 g) 1 szt.</p>	<p>Kiwi (100 g) 1 szt.</p>	<p>Kiwi (100 g) 1 szt.</p>	<p>Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p>	<p>Kiwi (100 g) 1 szt.</p>	<p>Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p>	<p>Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p>	
Kolacja	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u></p> <p>Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Pomidor b/śkórki (100 g)</p> <p>Salata zielona (10 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u></p> <p>Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Pomidor b/śkórki (100 g)</p> <p>Salata zielona (10 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u></p> <p>Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Salata zielona (10 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)</p> <p>Pasta mięsno-warzywna z mięsa</p>	<p>Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u></p> <p>Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Salata zielona (10 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)</p> <p>Pasta mięsno-warzywna z mięsa</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u></p> <p>Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Salata zielona (10 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u></p> <p>Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Salata zielona (10 g)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u></p> <p>Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Salata zielona (10 g)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u></p> <p>Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Salata zielona (10 g)</p>

	Herbata czarna (250 ml)		Herbata czarna b/c (250 ml)		Herbata czarna (250 ml)	drobiowego (100 g) <u>(SEL.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Kisiel owocowy (200 ml)	Kisiel owocowy (200 ml)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Kisiel owocowy b/c (200 ml)	Kisiel owocowy (200 ml)		Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Piątek 02.02.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
------------------------------------	----------------------	--	--	--	-------------------------	---

Śniadanie	<p>Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Gzik z rzodkiewką i szczypiorkiem (120 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Dżem (25 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p> <p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Serek homogenizowany naturalny z ziołami (60 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Dżem (25 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u></p> <p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Gzik z rzodkiewką i szczypiorkiem (120 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u></p> <p>Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Gzik z rzodkiewką i szczypiorkiem (120 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u></p> <p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)</p> <p>Paprykarz szczeciński (120 g) <u>(RYB.)</u></p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Gzik z rzodkiewką i szczypiorkiem (150 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Dżem (25 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>
II śniadanie	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	
Obiad	<p>Zupa barszcz biały (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem (200 g)</p> <p>Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u></p> <p>Bukiet gotowanych warzyw (150 g)</p>	<p>Zupa barszcz biały (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem (200 g)</p> <p>Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u></p>	<p>Zupa barszcz biały (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem (100 g)</p> <p>Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u></p>	<p>Zupa barszcz biały b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ., SEL.)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem (200 g)</p> <p>Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u></p>	<p>Zupa barszcz biały (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem (200 g)</p> <p>Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku (150 g) <u>(RYB, SEL.)</u></p> <p>Surówka z kiszanej kapusty (150 g)</p>	<p>Zupa barszcz biały (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem (200 g)</p> <p>Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku (150 g) <u>(RYB, SEL.)</u></p> <p>Surówka z kiszanej kapusty (150 g)</p>

	grecku (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)	grecku (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z kiszzonej kapusty (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	grecku (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)	grecku (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Bułka maślana (60 g) <u>(GLU, PSZ, MLE, JAJ.)</u>	Bułka maślana (60 g) <u>(GLU, PSZ, MLE, JAJ.)</u>	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Bułka maślana (60 g) <u>(GLU, PSZ, MLE, JAJ.)</u>	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Bułka maślana (60 g) <u>(GLU, PSZ, MLE, JAJ.)</u>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU, PSZ, GLU, ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU, PSZ, GLU, ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (60 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Ogórek świeży (70 g)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU, PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Pasta z białka z jogurtem i koperkiem (60 g) <u>(MLE, JAJ.)</u> Pomidor b/skórki (70 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (60 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Ogórek świeży (70 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (b/mleka) (60 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek świeży (70 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Ogórek świeży (70 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU, PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Pasta z białka z jogurtem i koperkiem (60 g) <u>(MLE, JAJ.)</u> Pomidor b/skórki (70 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (b/mleka) (60 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek świeży (70 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Ogórek świeży (70 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)

Posiłek nocny	Pieczczywo chrupkie (60 g)	Banan (120 g) 1 szt.	Kanapka z twarogiem (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), twaróg chudy (20 g) (GLU PSZ, MLE.)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z twarogiem (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), twaróg chudy (20 g) (GLU PSZ, MLE.)
---------------	----------------------------	----------------------	--	---------------------	---------------------	--

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Sobota 03.02.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogoenergetyczna (8) ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)	Ryż na wywarze jarzynowym (250 g) (SEL.)	Ryż na wywarze jarzynowym (250 g) (SEL.)	Ryż na wywarze jarzynowym (250 g) (SEL.)	Płatki kukurydziane na mleku (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)

	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Gołąbek w sosie pomidorowym (120 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i brokułu gotowanego (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Gołąbek w sosie pomidorowym (120 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka b/c (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Gołąbek w sosie pomidorowym (120 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Gołąbek w sosie pomidorowym (180 g/100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Podwieczorek
	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Gołąbek w sosie pomidorowym (120 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Gołąbek w sosie pomidorowym (120 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Gołąbek w sosie pomidorowym (120 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Gołąbek w sosie pomidorowym (120 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Podwieczorek
Kolacja	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Gołąbek w sosie pomidorowym (120 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Gołąbek w sosie pomidorowym (120 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Gołąbek w sosie pomidorowym (120 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Gołąbek w sosie pomidorowym (180 g/100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z selera i jabłka (150 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Kolacja

	Herbata czarna (250 ml)	Herbata czarna b/c (250 ml)	Herbata b/c (250 ml)	
Posiłek nocny	Sok warzywny (200 ml) <u>(SEL.)</u>	Kanapka z twarożkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), twarożek (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Sok warzywny (200 ml) <u>(SEL.)</u>	Kanapka z twarożkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), twarożek (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 04.02.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa uboga energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
---------------------------------------	----------------------	--	--	---	-------------------------	---

Śniadanie	<p>Zupa mleczna z ryżem (250 ml) <u>(MLE.)</u></p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Polędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Sałata zielona (10 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p> <p>Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ., MLE.)</u></p>	<p>Zupa mleczna z ryżem (250 ml) <u>(MLE.)</u></p> <p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Polędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Pomidor b/skórki (100 g)</p> <p>Sałata zielona (10 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p> <p>Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ., MLE.)</u></p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u></p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Polędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Sałata zielona (10 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u></p> <p>Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Polędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Sałata zielona (10 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u></p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)</p> <p>Polędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Sałata zielona (10 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem (250 ml) <u>(MLE.)</u></p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Polędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u></p> <p>Żółty ser (30 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Pomidor (100 g)</p> <p>Sałata zielona (10 g)</p> <p>Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ., MLE.)</u></p>
II śniadanie	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko pieczone (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>
Obiad	<p>Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ., JAJ, SEL.)</u></p> <p>Devolay (120 g) <u>(GLU PSZ., MLE., JAJ.)</u></p>	<p>Chudy rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ., JAJ, SEL.)</u></p> <p>Filet z kurczaka gotowany (100 g)</p> <p>Sos pomidorowy (80 g)</p>	<p>Chudy rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ., JAJ, SEL.)</u></p> <p>Filet z kurczaka gotowany (100 g)</p> <p>Sos pomidorowy (80 g)</p>	<p>Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ., JAJ, SEL.)</u></p> <p>Filet z kurczaka gotowany (100 g)</p> <p>Sos pomidorowy (80 g)</p>	<p>Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ., JAJ, SEL.)</u></p> <p>Devolay (150 g) <u>(GLU PSZ., MLE., JAJ.)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem (200 g)</p>	<p>Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ., JAJ, SEL.)</u></p> <p>Devolay (150 g) <u>(GLU PSZ., MLE., JAJ.)</u></p> <p>Ziemniaki z koperkiem (200 g)</p>

	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Kalafior gotowany (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Surówka z kiszonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (150 g) Kompot (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (100 g) Surówka z kiszonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Surówka z kiszonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g) Surówka z kiszonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (50 g) <u>(MLE)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (50 g) <u>(MLE)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Dżem (25 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (50 g) <u>(MLE)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (100 g) <u>(MLE)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)

Posiłek nocny	Kiwi (100 g) 1 szt.	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z żółtym serem (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), żółty ser (20 g) (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kiwi (100 g) 1 szt.	Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Kanapka z żółtym serem (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), żółty ser (20 g) (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
---------------	---------------------	---------------------	---	---------------------	---	---

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

