

| | | | | | | |
|--|---|---|---|--|--|---|
| Poniedziałek 01.04.2024 | Dieta podstawowa (1) | Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego | Dieta cukrzycowa insuliniowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna | Dieta bezmleczna (6/ML) | Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9) |
| Śniadanie | Zupa mleczna z ryżem (250 ml) <u>(MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Poledwica soppocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> | Zupa mleczna z ryżem (250 ml) <u>(MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Poledwica soppocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> | Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Poledwica soppocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml) | Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Poledwica soppocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml) | Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Poledwica soppocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Poledwica soppocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml) | Zupa mleczna z ryżem (250 ml) <u>(MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Poledwica soppocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Żółty ser (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> |
| II śniadanie | Jabłko (120 g) 1 szt. | Jabłko pieczone (120 g) 1 szt. | Jabłko (120 g) 1 szt. | Jabłko (120 g) 1 szt. | Jabłko (120 g) 1 szt. | Jabłko (120 g) 1 szt. |
| Obiad | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> | Chudy rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Filet z kurczaka gotowany (100 g) | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> | Chudy rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> |

| | | | | | | |
|---------------|--|---|---|---|--|---|
| | Devolay smażony (120 g) (<u>GLU PSZ, MLE, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Kalafior gotowany (100 g) Surówka z kiszzonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (100 g) Kompot owocowy (250 ml) | Sos pomidorowy (80 g) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Surówka z kiszzonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Filet z kurczaka gotowany (100 g) Sos pomidorowy (80 g) Ziemniaki z koperkiem (100 g) Surówka z kiszzonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Filet z kurczaka gotowany (100 g) Sos pomidorowy (80 g) Ziemniaki z koperkiem (100 g) Surówka z kiszzonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Sos pomidorowy (80 g) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Kalafior gotowany (150 g) Kompot owocowy (250 ml) | Devolay smażony (150 g) (<u>GLU PSZ, MLE, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Kalafior gotowany (100 g) Surówka z kiszzonej 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 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>) 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>) 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>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE.</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 b/c (250 ml) | Bulka pszenna długa krojona (100 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło (82%) (10 g) (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem (50 g) (<u>MLE.</u>) Szynka drobiowa (50 g) (<u>SOJ.</u>) Dżem (25 g) Herbata czarna (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (<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>) Herbata czarna (250 ml) |
| Posiłek nocny | Wafle ryżowe (50 g) | Wafle ryżowe (50 g) | Wafle ryżowe (50 g) | Wafle ryżowe (50 g) | Wafle ryżowe (50 g) | Kanapka z żółtym serem (1 szt.) skład: |

| | | | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|--|--|
| | | | skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), żółty ser (20 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u> | | | | 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.

| | | | | | | |
|------------------------------------|---|--|---|--|---|--|
| Wtorek 02.04.2024 | 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 ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna | Dieta bezmleczna (6/ML) | Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9) |
| Śniadanie | Płatki jaglane na mleku (300 ml) <u>(MLE.)</u> 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> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> | Płatki jaglane na mleku (300 ml) <u>(MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek homo. naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) | Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU.)</u> 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> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(MLE.)</u> | Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) | Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU.)</u> Bułka grahamka (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) | Płatki jaglane na mleku (300 ml) <u>(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> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) |

| | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|--|--|--|--|---|---|---|---|---|---|
| | <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(MLE, SEL, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u></p> | <p>Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p> | <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) <u>(MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u></p> | <p>Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p> | <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (60 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p> | <p>Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p> | <p>Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u></p> | <p>Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p> | <p>Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u></p> | <p>Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p> | <p>Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p> |
| II śniadanie | <p>Jabłko 1 szt. (150 g)</p> | <p>Jabłko pieczone 1 szt. (120 g)</p> | <p>Jabłko 1 szt. (150 g) Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u></p> | <p>Jabłko 1 szt. (150 g)</p> | <p>Jabłko 1 szt. (150 g)</p> | <p>Jabłko 1 szt. (150 g)</p> | <p>Jabłko 1 szt. (150 g)</p> | <p>Jabłko 1 szt. (150 g)</p> | <p>Jabłko 1 szt. (150 g)</p> | <p>Jabłko 1 szt. (150 g)</p> | <p>Jabłko 1 szt. (150 g)</p> |
| Obiad | <p>Krupnik jęczmienny (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)</p> | <p>Krupnik jęczmienny (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)</p> | <p>Krupnik jęczmienny (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)</p> | <p>Krupnik jęczmienny (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Medalion z indyka gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)</p> | <p>Krupnik jęczmienny b/mleka (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p> | <p>Krupnik jęczmienny (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (100 g) Burraczk gotowane drobno tarte b/c (100 g)</p> | <p>Krupnik jęczmienny (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (100 g) Burraczk gotowane drobno tarte b/c (100 g)</p> | <p>Krupnik jęczmienny (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (100 g) Burraczk gotowane drobno tarte b/c (100 g)</p> | <p>Krupnik jęczmienny (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (100 g) Burraczk gotowane drobno tarte b/c (100 g)</p> | <p>Krupnik jęczmienny (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (100 g) Burraczk gotowane drobno tarte b/c (100 g)</p> | <p>Krupnik jęczmienny (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (100 g) Burraczk gotowane drobno tarte b/c (100 g)</p> |

| | | | | | | |
|--------------|--|---|--|---|---|--|
| | Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml) | | Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek | Serek wiejski owocowy (150 g) (MLE) | Serek wiejski owocowy (150 g) (MLE) | Sok pomidorowy (200 ml) | Sok pomidorowy (200 ml) | Sok pomidorowy (200 ml) | Serek wiejski owocowy (150 g) (MLE) |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Gulaszowa z mięsem drobiowym (200 ml) (GLU PSZ, SEL.) Szynka drobiowa (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) (GLU PSZ, SEL.) Szynka drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Masło 82% (20 g) (MLE) Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) (GLU PSZ, SEL.) Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) (GLU PSZ, SEL.) Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym (GLU PSZ, SEL.) Szynka drobiowa (50 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Gulaszowa z mięsem drobiowym (200 ml) (GLU PSZ, SEL.) Szynka drobiowa (50 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) |

| | | | | | | |
|---------------|---|---|---|---|---|---|
| Posiłek nocny | Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> | Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> | Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u> | Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u> | Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u> | Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u> |
|---------------|---|---|---|---|---|---|

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

| | | | | | | |
|-----------------------------------|--|--|--|---|--|--|
| Środa 03.04.2024 | 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 ubogo energetyczna | Dieta bezmleczna (6/ML) | Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9) |
| Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku (250 g) <u>(MLE.)</u> | Kasza kukurydziana na mleku (250 g) <u>(MLE.)</u> | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym (250) | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym (250) | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym (250) | Kasza kukurydziana na mleku (250 g) <u>(MLE.)</u> |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|---|---|-----------------------------|--|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| | <p>Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)</p> <p>Masło (82%) (20 g) (MLE.)</p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) (SOJ, GOR.)</p> <p>Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. (MLE.)</p> <p>Ogórek świeży (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Kawa zbożowa (250 ml) (MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.)</p> <p>Masło (82%) (20 g) (MLE.)</p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) (SOJ, GOR.)</p> <p>Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g)</p> <p>Holland 1 szt. (MLE.)</p> <p>Salatka z pomidorów b/skórki i koperku (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p> | <p>ml) (SEL, GLU PSZ.)</p> <p>Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)</p> <p>Masło 82% (20 g) (MLE.)</p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) (SOJ, GOR.)</p> <p>Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g)</p> <p>Holland 1 szt. (MLE.)</p> <p>Ogórek świeży (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) (MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</p> | <p>ml) (SEL, GLU JECZ.)</p> <p>Masło 82% (20 g) (MLE.)</p> <p>Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.)</p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) (SOJ, GOR.)</p> <p>Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g)</p> <p>Holland 1 szt. (MLE.)</p> <p>Ogórek świeży (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p> | <p>ml) (SEL, GLU JECZ.)</p> <p>Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)</p> <p>Szynka drobiowa (50 g) (SOJ, GOR.)</p> <p>Ogórek świeży (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb graham (30 g) (GLU PSZ.)</p> <p>Masło (82%) (20 g) (MLE.)</p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) (SOJ, GOR.)</p> <p>Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. (MLE.)</p> <p>Ogórek świeży (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Kawa zbożowa (250 ml) (MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</p> | <p>II śniadanie</p> <p>Mandarynka 1 szt. (90 g)</p> | <p>Banan 1 szt. (120 g)</p> | <p>Mandarynka 1 szt. (90 g)</p> <p>Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb</p> | <p>Mandarynka 1 szt. (90 g)</p> | <p>Mandarynka 1 szt. (90 g)</p> | <p>Mandarynka 1 szt. (90 g)</p> | <p>Mandarynka 1 szt. (90 g)</p> |
|--|--|---|--|--|---|---|---|-----------------------------|--|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|

| | | | | | | |
|-------|--|--|--|---|---|--|
| Obiad | <p>Barszcz czerwony zabieleny z makaronem (300 ml) (<u>MLE, SEL, GLU, PSZ.</u>)</p> <p>Kluski śląskie (150 g) (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym (<u>GLU, SEL.</u>) (100 g/80 g)</p> <p>Seler z pietruszką gotowany z olejem b/c (100 g) (<u>SEL.</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p> | <p>Barszcz czerwony zabieleny z makaronem b/c (300 ml) (<u>MLE, SEL, GLU, PSZ.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem (200 g)</p> <p>Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym (<u>GLU, SEL.</u>) (100 g/80 g)</p> <p>Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) (<u>SEL.</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p> | <p>Barszcz czerwony zabieleny z makaronem b/c (200 ml) (<u>MLE, SEL, GLU, PSZ.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem (150 g)</p> <p>Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym (<u>GLU, SEL.</u>) (100 g/80 g)</p> <p>Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) (<u>SEL.</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p> | <p>razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), sałata (5 g) (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.</u>)</p> <p>Barszcz czerwony zabieleny z makaronem b/c (300 ml) (<u>MLE, SEL, GLU, PSZ.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem (200 g)</p> <p>Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym (<u>GLU, SEL.</u>) (100 g/80 g)</p> <p>Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) (<u>SEL.</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p> | <p>Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami b/mleka (300 ml) (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem (200 g)</p> <p>Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym (<u>GLU, SEL.</u>) (100 g/80 g)</p> <p>Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) (<u>SEL.</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p> | <p>Barszcz czerwony zabieleny z makaronem (300 ml) (<u>MLE, SEL, GLU, PSZ.</u>)</p> <p>Kluski śląskie (150 g) (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym (<u>GLU, SEL.</u>) (120 g/90 g)</p> <p>Surówka z seler i marchwi z olejem b/c (100 g) (<u>SEL.</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p> |
|-------|--|--|--|---|---|--|

| | | | | | | |
|---------------|--|---|--|---|--|--|
| Podwieczorek | Kisiel o smaku cytrynowym (150 ml) | Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u> | Kisiel o smaku cytrynowym b/c (150 ml) | Kisiel o smaku cytrynowym b/c (150 ml) | Kisiel o smaku cytrynowym b/c (150 ml) | Budyń śmietankowy (150 g) <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> Kiełbasa śląska wieprzowa z cebulką (80 g) Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. <u>(GOR.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Pasta mięsno-drobiowym (100 g) <u>(SEL.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 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 mięsno-warzywna, z mięsem drobiowym (100 g) <u>(SEL.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml) | Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta mięsno-warzywna, z mięsem drobiowym (100 g) <u>(SEL.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 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) Pasta mięsno-warzywna, z mięsem drobiowym (100 g) <u>(SEL.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Kiełbasa śląska wieprzowa z cebulką (80 g) Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. <u>(GOR.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) |
| Posiłek nocny | Wafle ryżowe (50 g) | Banan (120 g) 1 szt. | Wafle ryżowe (50 g) | Wafle ryżowe (50 g) | Kanapka z jajkiem i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT., SOJ., MLE.)</u> | Kanapka z jajkiem i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT., SOJ., MLE.)</u> |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

| | | | | | | |
|--------------------------------------|---|---|--|--|--|---|
| Czwartek 04.04.2024 | Dieta podstawowa (1) | Dieta żołądkowo/wątrobow a (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 ubogo energetyczna | Dieta bezmleczna (6/ML) | Dieta wysokoenergetyczn a i wysokobiałkowa (9) |
| Śniadanie | Makaron na mleku (250 g) (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) (RYB, SEL.) | Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ.) Masło 82% (20 g) (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) (RYB, SEL.) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Masło 82% (20 g) (MLE) Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) (RYB, SEL.) Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml) | Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (120 g) (RYB, SEL.) Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (120 g) (RYB, SEL.) Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Makaron na mleku (250 g) (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (120 g) (RYB, SEL.) Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) |

| | | | | |
|--------------|--|---|---|--|
| II śniadanie | Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.) | Herbata czarna b/c (250 ml) | Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml) | Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.) |
| Obiad | Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.) Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) (GLU PSZ, MLE, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa (100 g) (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana (100 g) Seler z pietruszką gotowany (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy (250 ml) | Kiwi (1 szt.) (90 g) Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko (150 g) (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa (100 g) (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem (100 g) Surówka z selera i jabłka b/c (100 g) (SEL.) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Kiwi (1 szt.) (90 g) Zupa koperkowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa (120 g) (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (100 g) (MLE.) Marchew gotowana z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml) | Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.) Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa (100 g) (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana (100 g) Seler z pietruszką gotowany (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek | Salatka z ciecierzycy, pomidora i | Salatka z ciecierzycy, pomidora i | Salatka z ciecierzycy, pomidora i | Salatka z ciecierzycy, pomidora i |

| | | | | | | |
|---------------|---|--|--|--|---|--|
| Kolacja | ogórka kiszzonego (150 g) 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> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z jabłkiem b/c (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | ogórka kiszzonego (150 g) 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> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml) | ogórka kiszzonego (150 g) Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml) | ogórka kiszzonego (150 g) 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) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z jabłkiem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml) | pomidora i ogórka kiszzonego (150 g) 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> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (80 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) |
| Posiłek nocny | Jabłko (120 g) 1 szt. | Deser mleczny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> | Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u> | Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u> | Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u> | Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u> |

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

| Piątek 05.04.2024 | 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 ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna | Dieta bezmleczna (6/ML) | Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9) |
|----------------------|---|--|---|--|---|---|
| Śniadanie | Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Papykarz szczeciński (120 g) <u>(RYB.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml) | Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(MLE, GLU ŻYT., GLU JEJCZ.)</u> |

| | | | | | | | | | |
|--------------|--|--|--|---|---|--|--|--|--|
| | <u>ŻYT., GLU</u> <u>JECZ.</u> | | | | | | | | |
| II śniadanie | Mandarynka 1 szt. (90 g) | Jabłko pieczone (120 g) 1 szt. | Mandarynka 1 szt. (90 g) Wafle ryżowe (30 g) | Mandarynka 1 szt. (90 g) | Mandarynka 1 szt. (90 g) | Mandarynka 1 szt. (90 g) | Mandarynka 1 szt. (90 g) | Mandarynka 1 szt. (90 g) | Mandarynka 1 szt. (90 g) |
| Obiad | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml) | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna gotowana (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos pietruszkowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Marchew gotowana (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml) | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Miruna gotowana (80 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy b/mleka (80 ml) <u>(GLU PSZ.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (150 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (150 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) |
| Podwieczorek | Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u> | Banan 1 szt. (120 g) | Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u> | Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u> | Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany | Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u> | Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u> | Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u> | Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u> |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> | Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> | Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> | Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> | Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> | Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> | Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> | Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> | Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> |

| | | | | | | |
|---------------|--|--|--|---|---|--|
| | Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) (JAJ.) Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Masło (82%) (10 g) (MLE) Pasta z białek z koperkiem (100 g) (JAJ, MLE) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) (JAJ.) Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml) | Masło 82% (20 g) (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) (JAJ.) Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml) | Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta jajeczna z koperkiem (b/mleka) (60 g) (JAJ.) Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml) | Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem (120 g) (JAJ.) Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) |
| Positek nocny | Wafle ryżowe (50 g) | Wafle ryżowe (50 g) | Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (25 g), ogórek (15 g) (GLU PSZ, GOR, MLE.) | Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.) | Wafle ryżowe (50 g) | Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (25 g), ogórek (15 g) (GLU PSZ, GOR, MLE.) |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

| | | | | | | |
|--|---|---|--|--|--|---|
| <p>Sobota 06.04.2024</p> | <p>Dieta podstawowa (1)</p> | <p>Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</p> | <p>Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> | <p>Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna</p> | <p>Dieta bezmleczna (6/ML)</p> | <p>Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)</p> |
| <p>Śniadanie</p> | <p>Płatki pszenne na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Twaróg półtłusty (30 g) <u>(MLE.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałatka zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p> | <p>Płatki pszenne na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Twaróg półtłusty (30 g) <u>(MLE.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałatka zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p> | <p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałatka zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p> | <p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałatka zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p> | <p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa b/mleka (100 g) <u>(JAJ, SEL, GOR.)</u> Sałatka zielona (20 g)</p> | <p>Płatki kukurydziane na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałatka zielona (20 g) <u>(SEL, GOR.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p> |

| | | | | | | |
|--------------|--|--|--|---|---|---|
| II śniadanie | Pomarańcza (250 g) 1 szt. | Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u> | Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie tuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u> | Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie tuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u> | Herbata czarna b/c (250 ml) | Pomarańcza (220 g) 1 szt. Orzechy włoskie tuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u> |
| Obiad | Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i marchew gotowana (200 g) Kompot owocowy (250 ml) | Ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Marchew gotowana (200 g) Kompot owocowy (250 ml) | Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (150 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek | Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> | Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> | Serek naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> | Serek naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> | Kisiel owocowy (150 ml) | Serek 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>) Paszтет drobiowy (50 g) (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Bułka pszenna długa krojona (100 g) (<u>GLU PSZ.</u>) Masło (82%) (10 g) (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-drobiowego (50 g) (<u>SEL.</u>) Szynka drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 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 mięsno-drobiowego (50 g) (<u>SEL.</u>) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 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>) Masło 82% (20 g) (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-drobiowego (50 g) (<u>SEL.</u>) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml) | 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>) Paszтет drobiowy (50 g) (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynka drobiowa (50 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | 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>) Paszтет drobiowy (50 g) (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynka drobiowa (50 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) |
| Posiłek nocny | Napój sojowy (250 ml) (<u>SOJ.</u>) | Napój sojowy (250 ml) (<u>SOJ.</u>) | Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) | Napój sojowy (250 ml) (<u>SOJ.</u>) | Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka (25 g), | Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) |

| | | | | | | |
|--------------|--|---|---|---|--|---|
| | Szynka drobiowa (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Kakao z mlekiem (250 ml) <u>(MLE.)</u> | Pomidor b/skórki (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml) | Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Ser mozzarella kulki (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml) | Ser mozzarella kulki (35 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml) | bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml) | Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Kakao z mlekiem (250 ml) <u>(MLE.)</u> |
| II śniadanie | Jabłko (120 g) 1 szt. | Banan (120 g) 1 szt. | Jabłko (120 g) 1 szt. Wafle ryżowe (30 g) | Jabłko (120 g) 1 szt. | Jabłko (120 g) 1 szt. | Jabłko (120 g) 1 szt. |
| Obiad | Pomidorowa z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy pieczony (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) | Pomidorowa z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy pieczony (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) Kalafior gotowany (200 g) Kompot owocowy (250 ml) | Pomidorowa z makaronem pehnoziarnistym (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Udziec drobiowy gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) | Pomidorowa z makaronem pehnoziarnistym (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Udziec drobiowy gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) | Pomidorowa z makaronem pehnoziarnistym b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) | Pomidorowa z makaronem (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy pieczony (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy (250 ml) |

| | | | | | | |
|---------------|---|--|---|---|---|---|
| | Kompot owocowy (250 ml) | Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) | |
| Podwieczorek | Serek waniliowy (150 g) (MLE.) | Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt. Wafle ryżowe (30 g) | Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt. | Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt. | Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt. | Serek waniliowy (150 g) (MLE.) |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Polewica delikatna (30 g) Sałatka caprese b/skórki (80 g) (MLE.) Herbata czarna (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Polewica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) (MLE.) Herbata b/c (250 ml) | Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Masło 82% (20 g) (MLE) Polewica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) (MLE.) Herbata b/c (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. (JAJ.) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ.) Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Polewica delikatna (70 g) Sałatka caprese (150 g) (MLE.) Herbata czarna (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Polewica delikatna (70 g) Sałatka caprese (150 g) (MLE.) Herbata czarna (250 ml) |
| Posiłek nocny | Wafle ryżowe (20 g) Hummus (30 g) (SEZ.) | Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) | Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) | Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) | Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) | Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus (30 g) (SEZ.) |

| | | | | | | |
|--|--|--|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|
| | | | Hummus (30 g) (SEZ.) | Hummus (30 g) (SEZ.) | Hummus (30 g) (SEZ.) | |
|--|--|--|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.