

Poniedziałek 08.04.2024	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 uboga energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (250 ml) (GLU OW, MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Pasta drobiowa z warzywami (60 g) (SEL, MLE, JAJ.) Miód (30 g) Pomidor b/skórki (60 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)	Płatki owsiane na mleku (250 ml) (GLU OW, MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Pasta drobiowa z warzywami (60 g) (SEL, MLE, JAJ.) Miód (30 g) Pomidor b/skórki (60 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) (GLU OW, SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) (GLU OW, SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Pomidor (100 g) Sałata zielona (20 g) Banan (120 g) 1 szt. Kawa zbożowa (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)	Płatki owsiane na mleku (250 ml) (GLU OW, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (90 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (60 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Serek Fromage (40 g) (MLE.) Pomidor (100 g) Sałata zielona (20 g) Banan (120 g) 1 szt. Kawa zbożowa (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)	Płatki owsiane na mleku (250 ml) (GLU OW, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (90 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (60 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Serek Fromage (40 g) (MLE.) Pomidor (100 g) Sałata zielona (20 g) Banan (120 g) 1 szt. Kawa zbożowa (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)
II śniadanie	Kiwi (100 g) 1 szt.	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) (MLE.)

Obiad	<p>Jarzynowa z makaronem (300 ml) (MLE, SEL, GLU.)</p> <p>Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/ 50 g) (GLU, PSZ, SEL, MLE.)</p> <p>Gotowane klopsiki drobiowe w sosie ziemniaki gotowane (200 g)</p> <p>Buraczki gotowane (100 g)</p> <p>Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) (MLE, SEL, GLU.)</p> <p>Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/ 50 g) (GLU, PSZ, SEL, MLE.)</p> <p>Ziemniaki gotowane (200 g)</p> <p>Surówka z białej kapusty z olejem (SEL.) (b/c) (100 g)</p> <p>Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) (MLE, SEL, GLU.)</p> <p>Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/ 50 g) (GLU, PSZ, SEL, MLE.)</p> <p>Ziemniaki gotowane (100 g)</p> <p>Surówka z białej kapusty (SEL.) (b/c) (100 g)</p> <p>Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym b/mleka (300 ml) (SEL, GLU.)</p> <p>Ziemniaki gotowane (200 g)</p> <p>Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym b/mleka (100 g/ 50 g) (GLU, PSZ, SEL, MLE.)</p> <p>Surówka z białej kapusty (SEL.) (b/c) (100 g)</p> <p>Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) (MLE, SEL, GLU.)</p> <p>Ziemniaki gotowane (200 g)</p> <p>Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/ 50 g) (GLU, PSZ, SEL, MLE.)</p> <p>Surówka z białej kapusty (SEL.) (b/c) (100 g)</p> <p>Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	Podwieczorek	Kisiel owocowy (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	<p>Chleb pszenny-żytni (70 g) (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.)</p> <p>Chleb graham (30 g) (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU, PSZ.)</p> <p>Masło (82%) (10 g) (MLE)</p> <p>Szynka drobiowa (40 g) (SOJ.)</p> <p>Twaróg chudy (50 g) (MLE.)</p>	<p>Chleb pszenny-żytni (70 g) (GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</p> <p>Chleb graham (50 g) (GLU, PSZ., GLU, ŻYT.)</p> <p>Masło 82% (20 g) (MLE)</p> <p>Ser żółty (50 g) (MLE.)</p> <p>Ogórek świeży (50 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata b/c (250 ml)</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</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>Ser żółty (60 g) (MLE.)</p> <p>Ogórek świeży (50 g)</p>						

	Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser żółty (50 g) (MLE.) Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Pomidor b/skórki (60 g) Herbata czarna (250 ml)	Ser żółty (50 g) (MLE.) Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Wafle ryżowe (30 g)	bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Polędwica sopocka (60 g) Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Ciastka biszkoptowe (50 g) (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SOJ, MLE.)	Ciastka biszkoptowe (50 g) (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	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.)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
Wartości	E: 2439 kcal; B: 103,02 g; T: 80,99 g; Kw. tł. nasy.: 40,25 g; W: 330,0 g; w tym cukry ogółem: 53,71 g; bł.: 33,73 g; Sól: 5,17 g.	E: 2537 kcal; B: 102,3 g; T: 59,39 g; Kw. tł. nasy.: 21,60 g; W: 396,91 g; w tym cukry ogółem: 80,53 g; bł.: 25,15 g; Sól: 5,41 g.	E: 2311 kcal; B: 98,45 g; T: 80,35 g; Kw. tł. nasy.: 39,17 g; W: 313,20 g; w tym cukry ogółem: 40,40 g; bł.: 37,33 g; Sól: 6,44 g.	E: 1756 kcal; B: 85,62 g; T: 55,14 g; Kw. tł. nasy.: 24,45 g; W: 237,90 g; w tym cukry ogółem: 38,24 g; bł.: 34,73 g; Sól: 4,44 g.	E: 2046 kcal; B: 97,37 g; T: 51,67 g; Kw. tł. nasy.: 13,13 g; W: 313,60 g; w tym cukry ogółem: 40,62 g; bł.: 7,33 g; Sól: 7,55 g.	E: 2804 kcal; B: 121,52 g; T: 95,78 g; Kw. tł. nasy.: 46,82 g; W: 367,60 g; w tym cukry ogółem: 73,58 g; bł.: 35,92 g; Sól: 6,67 g.

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Wtorek 09.04.2024	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	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SOJ, MLE.)</u> Twaróg półtłusty (30 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g)	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SOJ, GOR, MLE.)</u> Twaróg chudy (30 g) <u>(MLE.)</u> Miód (30 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Bułka grahamka (70 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</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> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</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, MLE.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ, MLE.)</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.	Ciastka biszkoptowe (30 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u>	Mandarynka (100 g) 1 szt.	Mandarynka (100 g) 1 szt.	Mandarynka (100 g) 1 szt.	Mandarynka (100 g) 1 szt.
Obiad	Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u>	Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u>	Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u>	Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u>	Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u>	Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u>

	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi i jabłka (100 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko (100 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Kompot owocowy (250 ml)</p>	
Podwieczorek	<p>Serek wiejski owocowy (150 g)</p>	<p>Serek pomidorowy (200 ml)</p>	<p>Sok pomidorowy (200 ml)</p>	<p>Sok pomidorowy (200 ml)</p>	<p>Serek wiejski owocowy (150 g)</p>	<p>Serek wiejski owocowy (150 g)</p>	
Kolacja	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Poledwica sopočka (70 g) (SOJ.) (MLE) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Poledwica sopočka (70 g) (SOJ.) (MLE) Pomidor b/skórki (50 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Poledwica sopočka (70 g) (SOJ.) (MLE) Pomidor (50 g) Herbata b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Poledwica sopočka (70 g) (SOJ.) (MLE) Pomidor (50 g) Herbata b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Poledwica sopočka (70 g) (SOJ.) (MLE) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Poledwica sopočka (70 g) (SOJ.) (MLE) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Poledwica sopočka (70 g) (SOJ.) (MLE) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)</p>
Posiłek nocny	<p>Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany</p>	<p>Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany</p>	<p>Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany</p>	<p>Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany</p>	<p>Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany</p>	<p>Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany</p>	
	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (200 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (200 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (200 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (200 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (200 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko (200 g) (GLU JECZ.) JECZ.) Gulasz duszony z łyptatki wieprzowej (200 g) (GLU PSZ, SEL.) SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	

Wartości	E: 2196 kcal; B: 110,61 g; T: 86,60 g; Kw. tł. nasy.: 40,79 g; W: 252,26 g; w tym cukry ogółem: 45,82 g; bł.: 30,22 g; Sól: 10,07 g.	E: 2227 kcal; B: 114,23 g; T: 72,30 g; Kw. tł. nasy.: 33,89 g; W: 287,43 g; w tym cukry ogółem: 61,82 g; bł.: 21,37 g; Sól: 7,21 g.	E: 2196 kcal; B: 99,51 g; T: 87,13 g; Kw. tł. nasy.: 40,01 g; W: 272,0 g; w tym cukry ogółem: 36,37 g; bł.: 41,19 g; Sól: 9,32 g.	E: 1857 kcal; B: 88,05 g; T: 80,65 g; Kw. tł. nasy.: 14,29 g; W: 212,53 g; w tym cukry ogółem: 46,28 g; bł.: 36,05 g; Sól: 8,17 g.	E: 1929 kcal; B: 93,85 g; T: 59,49 g; Kw. tł. nasy.: 14,29 g; W: 273,96 g; w tym cukry ogółem: 36,84 g; bł.: 41,19 g; Sól: 10,30 g.	szynka drobiowa (20 g) <u>GLU PSZ</u>		E: 2430 kcal; B: 128,54 g; T: 100,57 g; Kw. tł. nasy.: 47,14 g; W: 263,83 g; w tym cukry ogółem: 33,30 g; bł.: 30,49 g; Sól: 11,42 g.	

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Środa 10.04.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insuliniowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną (250 ml) <u>GLU JECZ, MLE.</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną (250 ml) <u>GLU JECZ, MLE.</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>GLU PSZ.</u>	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>GLU PSZ, SEL.</u>	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>GLU PSZ, SEL.</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u>	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>GLU PSZ, SEL.</u>	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną (250 ml) <u>GLU JECZ, MLE.</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>

	g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziółami (80 g) Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ., MLE.)</u>	Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziółami (80 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (100 g) Salata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ., MLE.)</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> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziółami (80 g) Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziółami (80 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata 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) Paprykarz szczeciński (120 g) <u>(RYB.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziółami (120 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ., MLE.)</u>
II śniadanie	Jabliko (120 g) 1 szt.	Jabliko pieczone (120 g) 1 szt.	Jabliko (120 g) 1 szt.	Jabliko (120 g) 1 szt.	Jabliko (120 g) 1 szt.	Jabliko (120 g) 1 szt.
Obiad	Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ., JAJ.)</u> Sos boloński z mięsa (150 g) Surówka z kiszzonej kapusty (150 g)	Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u> Makaron lekkostrawny sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ., SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych z olejem (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ., JAJ.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g)	Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ., JAJ.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g)	Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ., JAJ.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g)	Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ., JAJ.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ., MLE, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g)

Podwieczorek	Kompot owocowy (250 ml) Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Budyń śmietankowy b/c (150 g) <u>(MLE.)</u>	Kompot owocowy b/c (250 ml) Kisiel owocowy (150 g)	Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Budyń śmietankowy b/c (150 g) <u>(MLE.)</u>	Kompot owocowy b/c (250 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> Paszтет z soczewicy (60 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	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> Pomidór b/skórki (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> Paszтет 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) Paszтет z soczewicy (60 g) <u>(GLU PSZ, SEL, 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> Paszтет z soczewicy (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Paszтет 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> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Paszтет z soczewicy (60 g) <u>(GLU PSZ, SEL, 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> Paszтет z soczewicy (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)</u>	Wafle ryżowe (30 g)	Wafle ryżowe (30 g)	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>	Wafle ryżowe (30 g)	Wafle ryżowe (30 g)	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>
Wartości	E: 2095 kcal; B: 71,33 g; T: 67,94 g; Kw. tł. nasy.: 38,40 g; W: 306,56 g; w tym cukry ogółem:	E: 2077 kcal; B: 84,04 g; T: 61,94 g; Kw. tł. nasy.: 34,21 g; W: 304,60 g; w tym cukry ogółem: 61,24 g; bł.: 26,54 g; Sól: 6,00 g.	E: 1771 kcal; B: 58,84 g; T: 64,41 g; Kw. tł. nasy.: 32,14 g; W: 248,31 g; w tym cukry ogółem:	E: 1940 kcal; B: 58,00 g; T: 52,57 g; Kw. tł. nasy.: 8,09 g; W: 318,53 g; w tym cukry ogółem:	E: 2330 kcal; B: 81,47 g; T: 78,01 g; Kw. tł. nasy.: 44,12 g; W: 334,71 g; w tym cukry ogółem:	E: 1771 kcal; B: 58,84 g; T: 64,41 g; Kw. tł. nasy.: 32,14 g; W: 248,31 g; w tym cukry ogółem:	E: 1940 kcal; B: 58,00 g; T: 52,57 g; Kw. tł. nasy.: 8,09 g; W: 318,53 g; w tym cukry ogółem:	E: 2330 kcal; B: 81,47 g; T: 78,01 g; Kw. tł. nasy.: 44,12 g; W: 334,71 g; w tym cukry ogółem:

	59,68 g; bł.: 35,19 g; Sól: 6,14 g.		50,95 g; bł.:45,69 g; Sól: 7,99 g.	48,95 g; bł.: 47,01 g; Sól: 6,54 g.	55,86 g; bł.: 46,12 g; Sól: 7,36 g.	85,86 g; bł.: 36,52 g; Sól: 7,47 g.
--	---	--	--	---	---	--

Ze względu losowych zastręga się prawo do zmian w jadłospisie.

Czwartek 11.04.2024	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 ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem (250 ml) (GLU PSZ, JAJ, 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.) Jajecznicą ze szczypiorkiem na maśle (100 g) (JAJ, MLE.) Pomidor (100 g) Kawa zbożowa (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)	Zupa mleczna z makaronem (250 ml) (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Parówki drobiowe (90 g) (SOJ.) Serek kremowy kanapkowy (20 g) (MLE.) Pomidor b/skórki (60 g) Sałata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)	Makaron pełnoziarnisty na warzywie jarzynowym (250 g) (GLU, SEL.) Chleb pszenno- żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ.) Jajecznicą ze szczypiorkiem na maśle (100 g) (JAJ, MLE.) Pomidor (100 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na warzywie jarzynowym (250 g) (GLU, SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Jajecznicą ze szczypiorkiem na maśle (100 g) (JAJ, MLE.) Pomidor (100 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na warzywie jarzynowym (250 g) (GLU, SEL.) 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) Jajecznicą ze szczypiorkiem na maśle (150 g) (JAJ, MLE.) Pomidor (100 g) Kawa zbożowa (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)	

II śniadanie	Kiwi (100 g) 1 szt.	Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Kiwi (100 g) 1 szt.	Kiwi (100 g) 1 szt.	Kiwi (100 g) 1 szt.	Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Kiwi (100 g) 1 szt.	Kiwi (100 g) 1 szt.	Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>
Obiad	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka gotowane (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka gotowane (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (100 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (100 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka gotowane (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	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>
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> Ser żółty (50 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki (100 g) Salata zielona (10 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> Ser żółty (50 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (100 g) Salata 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> Ser żółty (50 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (100 g) Salata 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> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 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> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 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> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 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> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) 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) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna (250 ml)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
Wartości	E: 2403 kcal; B: 107,90 g; T: 94,33 g; Kw. tł. nasy.: 40,02 g; W: 290,29 g; w tym cukry ogółem: 48,08 g; bł.: 26,45 g; Sól: 4,19 g.	E: 2439 kcal; B: 91,53 g; T: 71,08 g; Kw. tł. nasy.: 22,19 g; W: 238,20 g; w tym cukry ogółem: 39,76 g; bł.: 15,25 g; Sól: 5,16 g.	E: 2551 kcal; B: 118,32 g; T: 92,91 g; Kw. tł. nasy.: 38,12 g; W: 324,20 g; w tym cukry ogółem: 36,38 g; bł.: 35,89 g; Sól: 5,26 g.	E: 2205 kcal; B: 107,64 g; T: 86,55 g; Kw. tł. nasy.: 34,75 g; W: 258,66 g; w tym cukry ogółem: 47,93 g; bł.: 36,34 g; Sól: 3,86 g.	E: 2375 kcal; B: 105,44 g; T: 76,24 g; Kw. tł. nasy.: 10,17 g; W: 329,71 g; w tym cukry ogółem: 48,71 g; bł.: 35,89 g; Sól: 4,56 g.

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Piątek 12.04.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (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 ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
------------------------------------	----------------------	--	--	---	-------------------------	---

Śniadanie	Zacierka na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na warzywach jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <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> Serek kanapkowy śmietankowy (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Papryka świeża (80 g)	Makaron pełnoziarnisty na warzywach jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g)	Makaron pełnoziarnisty na warzywach jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> 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) Hummus (30 g) <u>(SEZ.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Zacierka na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>
II śniadanie	Banana (120 g) 1 szt.	Kiwi (90 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u>	Kiwi (90 g) 1 szt.	Kiwi (90 g) 1 szt.	Kiwi (90 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u>
Obiad	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)	Zupa krupnik jęczmienny (200 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g)	Zupa krupnik jęczmienny b/mleka (350 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)

	<p>Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) (GLU, RYB, SEL.)</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100 g)</p> <p>Surówka z surówki z selera i orzechów (100 g) (ORZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Sos koperkowy (80 ml) (GLU, MLE, SEL.)</p> <p>Warzywa po grecku (100 g) (GLU, SEL.)</p> <p>Seler z pietruszką gotowany z olejem (100 g) (GLU, SEL.)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) (RYB.)</p> <p>Sos koperkowy (80 ml) (GLU, MLE, SEL.)</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100 g)</p> <p>Surówka z selera i orzechów (100 g) (ORZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) (RYB.)</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100 g)</p> <p>Surówka z selera i orzechów (100 g) (ORZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) (GLU, RYB, SEL.)</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100 g)</p> <p>Surówka z selera i orzechów (100 g) (ORZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) (GLU, RYB, SEL.)</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100 g)</p> <p>Surówka z selera i orzechów (100 g) (ORZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	
Podwieczorek	<p>Kisiel owocowy (150 ml)</p>	<p>Kisiel owocowy (150 ml)</p>	<p>Kisiel owocowy b/c (150 ml)</p>	<p>Kisiel owocowy b/c (150 ml)</p>	<p>Kisiel owocowy (150 ml)</p>	<p>Kisiel owocowy (150 ml)</p>	
Kolacja	<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>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (JAJ, MLE.)</p> <p>Pomidor (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.)</p> <p>Masło (82%) (10 g) (MLE.)</p> <p>Pasta z białek z natką pietruszki (100 g) (MLE, JAJ.)</p> <p>Pomidor b/skórki (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb razowy 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>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (JAJ, MLE.)</p> <p>Pomidor (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb razowy graham (100 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)</p> <p>Masło 82% (10 g) (MLE.)</p> <p>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (JAJ, MLE.)</p> <p>Pomidor (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</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>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (b/mleka) (60 g) (JAJ.)</p> <p>Pomidor (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</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>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (JAJ, MLE.)</p> <p>Pomidor (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</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>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (JAJ, MLE.)</p> <p>Pomidor (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>

Posiłek nocny	Napój mleczny smakowy 200 ml (MLE.)	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) (MLE.)	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) (MLE.)	Napój mleczny smakowy 200 ml (MLE.)	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) (MLE.)	Napój sojowy niesłodzony 200 ml (SOJ.)	Napój mleczny smakowy 200 ml (MLE.)
Wartości	E: 2264 kcal; B: 88,80 g; T: 78,21 g; Kw. tł. nasy.: 29,05 g; W: 317,46 g; w tym cukry ogółem: 64,01 g; bł.: 35,60 g; Sól: 7,49 g.	E: 2040 kcal; B: 94,87 g; T: 67,19 g; Kw. tł. nasy.: 27,54 g; W: 282,14 g; w tym cukry ogółem: 62,72 g; bł.: 39,61 g; Sól: 7,13 g.	E: 1684 kcal; B: 81,55 g; T: 59,75 g; Kw. tł. nasy.: 23,69 g; W: 221,95 g; w tym cukry ogółem: 38,59 g; bł.: 36,79 g; Sól: 6,35 g.	E: 2265 kcal; B: 103,60 g; T: 59,42 g; Kw. tł. nasy.: 26,72 g; W: 343,38 g; w tym cukry ogółem: 90,71 g; bł.: 28,07 g; Sól: 6,21 g.	E: 2040 kcal; B: 94,87 g; T: 67,19 g; Kw. tł. nasy.: 27,54 g; W: 282,14 g; w tym cukry ogółem: 62,72 g; bł.: 39,61 g; Sól: 7,13 g.	E: 2307 kcal; B: 64,34 g; T: 80,91 g; Kw. tł. nasy.: 10,45 g; W: 336,70 g; w tym cukry ogółem: 44,61 g; bł.: 37,25 g; Sól: 7,87 g.	E: 2409 kcal; B: 93,90 g; T: 81,33 g; Kw. tł. nasy.: 30,95 g; W: 342,05 g; w tym cukry ogółem: 79,72 g; bł.: 36,22 g; Sól: 7,67 g.

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Sobota 13.04.2024	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 uboga energetyczna (8) ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) (GLU JĘCZ., MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Serek naturalny (30 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) (GLU JĘCZ., MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Serek naturalny (30 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU JĘCZ., SEL.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU JĘCZ., SEL.) Masło 82% (10 g) (MLE.) Chleb razowy graham (100 g) (GLU PSZ.) Serek naturalny (50 g) (MLE.)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU JĘCZ., SEL.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) (GLU JĘCZ., MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.)

	Masło (82%) (20 g) (MLE.) Serek naturalny (50 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Masło 82% (10 g) (MLE.) Serek naturalny (50 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR.) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Serek naturalny (50 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) (MLE.)	Pomarańcza (220 g) 1 szt.	Pomarańcza (220 g) 1 szt.	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) (MLE.)
Obiad	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU, PSZ, SEL.) Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) (SEL.) Surówka z marchwi (100 g) (MLE.) Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Koperkowa z ziemniakami (250 ml) (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (150 g) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi (100 g) (MLE.) Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Koperkowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brazowy) (150 g) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi b/mleka (100 g) Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (200 g) Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) (SEL.) Surówka z marchwi (100 g) (MLE.) Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (200 g) Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) (SEL.) Surówka z marchwi (100 g) (MLE.) Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.

Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Parówki z szynki (90 g) <u>(MLE)</u> Ketchup (10 g) <u>(SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Lekkostrawna sałatka z makaronu, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Pomidor b/skórki (90 g) Sałata zielona (10 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% (10 g) <u>(MLE)</u> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 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> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Parówki z szynki (90 g) <u>(MLE)</u> Ketchup (10 g) <u>(SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 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%) (10 g) <u>(MLE)</u> Parówki z szynki (90 g) <u>(MLE)</u> Ketchup (10 g) <u>(SEL.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <u>(może zawierać MLE.)</u>	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <u>(może zawierać 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, MLE, JAJ.)</u>	Kanapka z jajkiem i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u>	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <u>(może zawierać MLE.)</u>	
Wartości	E: 2250 kcal; B: 82,87 g; T: 67,12 g; Kw. tł. nasy.: 28,60 g; W: 341,47 g; w tym cukry ogółem: 91,01 g; bł.:	E: 2344 kcal; B: 94,71 g; T: 56,22 g; Kw. tł. nasy.: 21,31 g; W: 383,53 g; w tym cukry ogółem: 106,31 g; bł.: 28,73 g; Sól: 4,79 g.	E: 1873 kcal; B: 76,35 g; T: 55,23 g; Kw. tł. nasy.: 22,57 g; W: 284,56 g; w tym cukry ogółem: 44,34 g; bł.:	E: 1987 kcal; B: 63,19 g; T: 30,81 g; Kw. tł. nasy.: 8,78 g; W: 300,71 g; w tym cukry ogółem: 64,38 g; bł.: 35,24 g; Sól: 7,51 g.	E: 2358 kcal; B: 89,67 g; T: 71,37 g; Kw. tł. nasy.: 31,25 g; W: 352,12 g; w tym cukry ogółem: 91,09 g; bł.: 36,81 g; Sól: 9,81 g.	

	36,87 g; Sól: 8,94 g.	50,57 g; Sól: 8,24 g.	45,00 g; Sól: 6,63 g.	
--	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--

Ze względu losowych zastrzeżę się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 14.04.2024	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 jęczmienna na mleku (250 ml) (GLU JĘCZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Serek ziarnisty naturalny (50 g) (MLE.)	Kasza jęczmienna na mleku (250 ml) (GLU JĘCZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Serek ziarnisty naturalny (50 g) (MLE.) Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 82% (10 g) (MLE.)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Masło 82% (10 g) (MLE) Chleb razowy graham (100 g) (GLU PSZ.) Serek ziarnisty naturalny (50 g) (MLE.) Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Chleb mieszany 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)	Kasza jęczmienna na mleku (250 ml) (GLU JĘCZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Serek ziarnisty naturalny (50 g) (MLE.)

	Kielbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) (<u>MLE, SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) (<u>GLU, MLE.</u>)		Serek ziarnisty naturalny (50 g) (<u>MLE.</u>) Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) (<u>GLU, MLE.</u>)	Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) (<u>GLU, MLE.</u>)	Jajko gotowane (50 g) 1 szt. (<u>JAJ.</u>) Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kielbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) (<u>MLE, SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
II śniadanie	Jabiko (100 g) 1 szt.	Jabiko pieczone (100 g) 1 szt.	Jabiko (100 g) 1 szt. Kanapka z szynką i sałata: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabiko (100 g) 1 szt.	Jabiko (100 g) 1 szt.	Jabiko (100 g) 1 szt. Kanapka z szynką i sałata: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
Obiad	Pomidorowa z makaronem (350 ml) (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>) Tradycyjny kotlet schabowy (100 g) (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) (<u>SEL.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z makaronem (350 ml) (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy (100 g) (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (80 ml) (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Cukinia pieczona z olejem (100 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z makaronem (250 ml) (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie (100 g) Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) (<u>SEL.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Pomidorowa z makaronem (250 ml) (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie (100 g) Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) (<u>SEL.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) (350 ml) (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie (100 g) Sos własny (80 ml) (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowane (200 g) (<u>SEL.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem (100 g) (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z makaronem (350 ml) (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>) Tradycyjny kotlet schabowy (100 g) (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) (<u>SEL.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)

Podwieczorek	Bułka mlecza (40 g) 1 szt. (GLU PSZ, MLE, PSZ, MLE, JAJ.)	Kompot owocowy b/c (250 ml)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Kompot owocowy b/c (250 ml)	Salatka z brokuła, kalafiora, oleju i koperku (100 g)	Bułka mlecza (40 g) 1 szt. (GLU PSZ, MLE, JAJ.)	Bułka mleczna (40 g) 1 szt. (GLU PSZ, MLE, JAJ.)	Kompot owocowy b/c (250 ml)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) (MLE.) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata (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% (10 g) (MLE) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) (GLU PSZ.) Masło 82% (10 g) (MLE) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (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% (10 g) (MLE) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (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% (10 g) (MLE) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (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% (10 g) (MLE) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) (MLE.) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka mleczna (40 g) 1 szt. (GLU PSZ, MLE, JAJ.)	Kompot owocowy b/c (250 ml)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Szyńska wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	
Posiłek nocny	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)
Wartości	E: 2384 kcal; B: 97,6 g; T: 72,69 g; Kw. tł. nasy.: 25,0 g; W: 349,12 g; w tym cukry ogółem: 74,39 g; bł.: 7,21 g.	E: 2096 kcal; B: 111,99 g; T: 58,60 g; Kw. tł. nasy.: 23,98 g; W: 299,67 g; w tym cukry ogółem: 49,26 g; bł.: 7,21 g.	E: 1691 kcal; B: 95,44 g; T: 46,46 g; Kw. tł. nasy.: 20,36 g; W: 237,76 g; w tym cukry ogółem: 44,37 g; bł.: 7,21 g.	E: 1691 kcal; B: 95,44 g; T: 46,46 g; Kw. tł. nasy.: 20,36 g; W: 237,76 g; w tym cukry ogółem: 44,37 g; bł.: 7,21 g.	E: 2096 kcal; B: 111,99 g; T: 58,60 g; Kw. tł. nasy.: 23,98 g; W: 299,67 g; w tym cukry ogółem: 49,26 g; bł.: 7,21 g.	E: 2263,81 kcal; B: 95,70 g; T: 65,39 g; Kw. tł. nasy.: 24,47 g; W: 334,37 g; w tym cukry ogółem: 65,66 g; bł.: 25,36 g; Sól: 7,21 g.	E: 2263,81 kcal; B: 95,70 g; T: 65,39 g; Kw. tł. nasy.: 24,47 g; W: 334,37 g; w tym cukry ogółem: 65,66 g; bł.: 25,36 g; Sól: 7,21 g.	E: 2657 kcal; B: 110,15 g; T: 83,72 g; Kw. tł. nasy.: 28,48 g; W: 383,16 g; w tym cukry ogółem: 77,08 g; bł.: 40,62 g; Sól: 9,08 g.	E: 2313 kcal; B: 106,08 g; T: 76,36 g; Kw. tł. nasy.: 12,70 g; W: 313,41 g; w tym cukry ogółem: 48,02 g; bł.: 7,21 g.	E: 2313 kcal; B: 106,08 g; T: 76,36 g; Kw. tł. nasy.: 12,70 g; W: 313,41 g; w tym cukry ogółem: 48,02 g; bł.: 7,21 g.	E: 2313 kcal; B: 106,08 g; T: 76,36 g; Kw. tł. nasy.: 12,70 g; W: 313,41 g; w tym cukry ogółem: 48,02 g; bł.: 7,21 g.	E: 2657 kcal; B: 110,15 g; T: 83,72 g; Kw. tł. nasy.: 28,48 g; W: 383,16 g; w tym cukry ogółem: 77,08 g; bł.: 40,62 g; Sól: 9,08 g.	E: 2657 kcal; B: 110,15 g; T: 83,72 g; Kw. tł. nasy.: 28,48 g; W: 383,16 g; w tym cukry ogółem: 77,08 g; bł.: 40,62 g; Sól: 9,08 g.

	34,67 g; Sól: 7,62 g.		bl.: 44,10 g; Sól: 8,13 g.	36,15 g; Sól: 9,08 g.	bl.:38,04 g; Sól: 6,08 g.	
--	--------------------------	--	-------------------------------	--------------------------	------------------------------	--

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.