

Poniedziałek 15.04.2024	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	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> Polewica 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> Polewica 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> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Polewica 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> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Polewica 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., GLU ŻYT.)</u> Polewica 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> Polewica 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	Wielowarzynna z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u>	Wielowarzynna z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u>	Wielowarzynna z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u>	Wielowarzynna z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u>	Wielowarzynna z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u>	Wielowarzynna z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u>

	Gulasz wołowy (200 g) (GLU PSZ.) Makaron (200 g) (GLU PSZ.) Kalafior gotowany (100 g) Surówka z kiszzonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Lekkostrawny gulasz wołowy (200 g) (GLU PSZ.) Makaron (200 g) (GLU PSZ.) Kalafior gotowany (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Gulasz wołowy (200 g) (GLU PSZ.) Makaron pełnoziarnisty (200 g) (GLU PSZ.) Surówka z kiszzonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Gulasz wołowy (150 g) (GLU PSZ.) Makaron pełnoziarnisty (150 g) (GLU PSZ.) Surówka z kiszzonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Gulasz wołowy (200 g) (GLU PSZ.) Makaron pełnoziarnisty (200 g) (GLU PSZ.) Kalafior gotowany (100 g) Surówka z kiszzonej kapusty, z jabłkiem i marchewką (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Gulasz wołowy (200 g) (GLU PSZ.) Makaron pełnoziarnisty (200 g) (GLU PSZ.) 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. (MLE.)	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. (MLE.)	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. (MLE.)	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. (MLE.)	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. (MLE.)	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. (MLE.)	
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (50 g) (MLE.) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ.) Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem (50 g) (MLE.) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ.) Dżem (25 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.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (50 g) (MLE.) 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.) 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.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (100 g) (MLE.) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ.) 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.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem (100 g) (MLE.) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ.) 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.) 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)
Positek nocny	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	

				razowy (50 g), masło 82% (5 g), żółty ser (20 g) (GLU, PSZ, SOJ, MLE.)				masło 82% (5 g), żółty ser (20 g) (GLU, PSZ, SOJ, MLE.)
--	--	--	--	--	--	--	--	--

Ze względu losowych zastrzeża się prawo do zmian w jadłospisie.

Wtorek 16.04.2024	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	Dieta jaglana na mleku (300 ml) (MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU, PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU, PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser żółty (30 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g)	Dieta jaglana na mleku (300 ml) (MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU, PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Serek homo. naturalny (50 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Salata zielona (20 g)	Dieta jaglana na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU, PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU, PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Ser żółty (30 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g)	Dieta jaglana na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Chleb razowy graham (90 g) (GLU, PSZ.) Ser żółty (30 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g)	Dieta jaglana na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU.) Bułka grahamka (70 g) (GLU, PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU, PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)	Dieta jaglana na mleku (300 ml) (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) (GLU, PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU, PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser żółty (50 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g)

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

	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)	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 (30 g) Pomidor (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 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 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 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>(GLU PSZ, 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>(GLU PSZ, 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>(GLU PSZ, 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>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u>
---------------	---	---	--	--	--	--

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Środa 17.04.2024	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 mleku (250 g) <u>(MLE.)</u>	Kasza kukurydziana na mleku (250 g) <u>(MLE.)</u>

	<p>Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u></p> <p>Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u></p> <p>Ogórek świeży (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Kawa zbożowa (250 ml) <u>(MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u></p>	<p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u></p> <p>Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <u>(MLE.)</u></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) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u></p> <p>Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u></p> <p>Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <u>(MLE.)</u></p> <p>Ogórek świeży (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) <u>(MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u></p>	<p>ml) <u>(SEL, GLU JECZ.)</u></p> <p>Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u></p> <p>Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <u>(MLE.)</u></p> <p>Ogórek świeży (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>ml) <u>(SEL, GLU JECZ.)</u></p> <p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)</p> <p>Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u></p> <p>Ogórek świeży (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Kawa zbożowa (250 ml) <u>(MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u></p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></p> <p>Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u></p> <p>Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u></p> <p>Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u></p> <p>Ogórek świeży (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Kawa zbożowa (250 ml) <u>(MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u></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 salata (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>
--	--	--	---	---	---	---	---------------------	---------------------------------	-----------------------------	--	---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------

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 makaronem (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 (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 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>
-------	--	--	--	---	--	---

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>	Kisiel o smaku cytrynowym (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-warzywna, z mięsem <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 <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 <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)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Pasta mięsno-warzywna, z mięsem <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> 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)	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)	Wafle ryżowe (50 g)	Banan (120 g) 1 szt.	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>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Czwartek 18.04.2024	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.) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron na mleku (250 g) (GLU PSZ., MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami (100 g) (RYB, SEL.)	Makaron pełnoziarnisty na warzywach 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 warzywach 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 warzywach jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 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.)	Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.)	Herbata czarna b/c (250 ml)	Herbata 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, 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)	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)	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 (300 ml) (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko (200 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)	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 (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)
Podwieczorek	Salatka z ciecierzycy, pomidora i	Salatka z ciecierzycy, pomidora i	Salatka z ciecierzycy, pomidora i	Salatka z ciecierzycy, pomidora i	Salatka z ciecierzycy,

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) Świkła 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) Świkła 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) Świkła 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) Świkła 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) Świkła z chrzanem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (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) Świkła 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 względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

<p>Piątek 19.04.2024</p>	<p>Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie 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>Kasza manna na mleku (250 g) (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser wiejski ziarnisty (200 g) (MLE.) Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Ser wiejski ziarnisty (200 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Ser wiejski ziarnisty (200 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU PSZ, SOJ.) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Paprykarz szczeciński (120 g) (RYB.) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na mleku (250 ml) (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.) Ser wiejski ziarnisty (200 g) (MLE.) Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) (MLE, GLU ŻYT., GLU JĘCZ.)</p>	<p>Kasza manna na mleku (250 ml) (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.) Ser wiejski ziarnisty (200 g) (MLE.) Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) (MLE, GLU ŻYT., GLU JĘCZ.)</p>

	<u>ŻYT., GLU</u> <u>JĘCZ.</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	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> <u>PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłką z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, 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)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, 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 jabłką z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, 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 jabłką z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokułowa z ryżem b/mleka (300 ml) <u>(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 jabłką z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, 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 jabłką z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, 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 jabłką z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, 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 jabłką z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, 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 jabłką z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (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>	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>
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 (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</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 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)
Posiłek 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 względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Sobota 20.04.2024	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 ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	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> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	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> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb 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> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	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> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	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., GLU ŻYT.)</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> Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	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> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)

II śniadanie	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie tłuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie tłuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Herbata czarna b/c (250 ml)	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Orzechy włoskie tłuskane (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, PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa z buraczków i jabłką 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, PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką 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, PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (150 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką 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, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką 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, PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką 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	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Chleb graham (30 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowy (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>JAJ.</u>, <u>SEL.</u>) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) (<u>GLU</u> <u>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)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Masło 82% (20 g) (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) (<u>SEL.</u>) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb razowy graham (90 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Masło 82% (20 g) (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) (<u>SEL.</u>) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) (<u>SEL.</u>) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Chleb graham (30 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowy (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>JAJ.</u>, <u>SEL.</u>) Szynka drobiowa (50 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	Posiłek nocny	<p>Napój sojowy (250 ml) (<u>SOJ.</u>)</p>	<p>Napój sojowy (250 ml) (<u>SOJ.</u>)</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>SOJ.</u>, <u>MLE.</u>)</p>	<p>Napój sojowy (250 ml) (<u>SOJ.</u>)</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka (25 g),</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>, <u>SOJ.</u>, <u>MLE.</u>)</p>
---------	--	---	--	--	--	--	---------------	--	--	--	--	---	--

									<p>pomidor (15 g) (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	--

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 21.04.2024	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	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (<u>MLE.</u>) Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) 1 szt. (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE.</u>)	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (<u>GLU PSZ.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki (50 g) (<u>MLE.</u>) Szyunka drobiowa (30 g) (<u>SOJ, GOR.</u>)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (<u>SEL.</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>)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (<u>SEL.</u>) Masło 82% (20 g) (<u>MLE.</u>) Chleb razowy graham (90 g) (<u>GLU PSZ.</u>) Szyunka drobiowa (30 g) (<u>SOJ, GOR.</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) 1 szt. (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE.</u>) Margaryna roślinna	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (<u>MLE.</u>) Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) 1 szt. (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE.</u>) Szyunka drobiowa (70 g) (<u>SOJ, GOR.</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	Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU, PSZ, JAJ, 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)	Chudy rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU, PSZ, JAJ, SEL,)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) <u>(GLU, PSZ, SEL,)</u> Kalafior gotowany (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU, PSZ, JAJ, 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) Fasolka szparagowa z wody (100 g)	Chudy rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU, PSZ, JAJ, 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) Fasolka szparagowa z wody (100 g)	Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU, PSZ, JAJ, 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) Fasolka szparagowa z wody (100 g)	Rosół z makaronem (300 ml) <u>(GLU, PSZ, JAJ, 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)	Serek waniliowy (150 g) (MLE.)	Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy b/c (250 ml)	Serek waniliowy (150 g) (MLE.)
Podwieczorek	Serek waniliowy (150 g) (MLE.)	Serek waniliowy (150 g) (MLE.)	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) Polędwica delikatna (30 g) Sałatka caprese (30 g) (MLE.) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Polędwica 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) Polędwica 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) Polędwica delikatna (70 g) Sałatka caprese (150 g) (MLE.) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (150 g) (MLE.)
Posiłek nocny	Wafle ryżowe (20 g) Hummus (30 g) (SEZ.)	Jabłko pieczone (120 g) 1 szt.	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus (30 g) (SEZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus (30 g) (SEZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus (30 g) (SEZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus (30 g) (SEZ.)

Ze względu losowych zastrzeżę się prawo do zmian w jadłospisie.

