

Poniedziałek 22.04.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żałdkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (250 ml) <u>(GLU OW, 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> Pasta drobiowa z warzywami (60 g) <u>(SEL, MLE, JAJ.)</u> Miód (30 g) Pomidor b/skórki (60 g) Salata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Płatki owsiane na mleku (250 ml) <u>(GLU OW, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Pasta drobiowa z warzywami (60 g) <u>(SEL, MLE, JAJ.)</u> Miód (30 g) Pomidor b/skórki (60 g) Salata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU OW, SEL.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU OW, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU OW, SEL.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (250 ml) <u>(GLU OW, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (90 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (60 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Serek Fromage (40 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (20 g) Banan (120 g) 1 szt. Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>
II śniadanie	Kiwi (100 g) 1 szt.	Wafle ryżowe (50 g)	Kiwi (100 g) 1 szt.	Kiwi (100 g) 1 szt.	Kiwi (100 g) 1 szt.	Budyń o smaku czekoladowym (150 ml) <u>(MLE.)</u>
Obiad	Jarzynowa z makaronem (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU.)</u> Ziemniaki gotowane (200 g) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Ziemniaki gotowane (200 g) Buraczki gotowane (100 g)	Jarzynowa z makaronem (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU.)</u> Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Ziemniaki gotowane (200 g) Buraczki gotowane (100 g)	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU.)</u> Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Ziemniaki gotowane (100 g) Surówka z białej kapusty <u>(SEL, MLE.)</u> (200 g)	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU.)</u> Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Ziemniaki gotowane (100 g) Surówka z białej kapusty <u>(SEL, MLE.)</u> (100 g)	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU.)</u> b/mleka (300 ml) <u>(SEL, GLU.)</u> Ziemniaki gotowane (200 g) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> b/mleka (100 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u>	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) <u>(MLE, SEL, GLU.)</u> Ziemniaki gotowane (200 g) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u> Surówka z białej kapusty <u>(SEL, MLE.)</u> (b/c) (100 g)

	Surówka z białej kapusty z olejem (SEL.) (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy (250 ml)	Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy (250 ml)	Surówka z białej kapusty z olejem (SEL.) (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z białej kapusty (SEL.) (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy (250 ml)
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)	Kisiel owocowy b/c (150 g)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) (MLE.) Ser żółty (50 g) (MLE.) Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Szynka drobiowa (40 g) (SOJ.) Twaróg chudy (50 g) (MLE.) Pomidor b/skórki (60 g) (MLE.) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Ser żółty (50 g) (MLE.) (MLE.) Ogórek świeży (50 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.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Ser żółty (50 g) (MLE.) (MLE.) Ogórek świeży (50 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.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser żółty (60 g) (MLE.) Ogórek świeży (50 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.) Ser żółty (60 g) (MLE.) Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Ciastka biszkoptowe (50 g) (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Ciastka biszkoptowe (50 g) (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Wafle ryżowe (30 g)	Wafle ryżowe (30 g)	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.)
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: 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: 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: 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.

<p><b>Wtorek</b> <b>23.04.2024</b></p>	<p>Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Dieta zołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku zołądkowego</p>	<p>Dieta cukrzykowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Dieta cukrzykowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna</p>	<p>Dieta bezmleczna (6/ML)</p>	<p>Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)</p>
<p>Śniadanie</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa (30 g) <b>(SOJ.)</b> Twaróg półtłusty (30 g) <b>(MLE.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b></p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa (30 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Twaróg chudy (30 g) <b>(MLE.)</b> Miód (30 g) Kawa zbożowa (250 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b></p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Bułka grahamka (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ.)</b> Ser żółty (50 g) <b>(MLE.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Ser żółty (50 g) <b>(MLE.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Bułka grahamka (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) <b>(SOJ.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b></p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ.)</b> Twaróg półtłusty (30 g) <b>(MLE.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b></p>
<p>II śniadanie</p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p>	<p>Ciastka biszkoptowe (30 g) <b>(GLU PSZ, JAJ.)</b></p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p>
<p>Obiad</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <b>(GLU, JECZ.)</b> Gulasz duszony z topatki wieprzowej (160 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Marchew gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <b>(GLU, JECZ.)</b> Gulasz duszony z topatki wieprzowej (160 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna/sypko (100 g) <b>(GLU, JECZ.)</b> Gulasz duszony z topatki wieprzowej (160 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <b>(GLU, JECZ.)</b> Gulasz duszony z topatki wieprzowej (160 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <b>(GLU, JECZ.)</b> Gulasz duszony z topatki wieprzowej (200 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <b>(GLU, JECZ.)</b> Gulasz duszony z topatki wieprzowej (200 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>

Podwieczorek	Surówka z marchwi i jabłka (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g)	Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g)
Kolacja	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Połudwica sopočka (70 g) <b>(SOJ.)</b> Pomidor b/skórki (50 g) <b>(MLE)</b> Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Połudwica sopočka (70 g) <b>(SOJ.)</b> Pomidor b/skórki (50 g) <b>(MLE)</b> Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Połudwica sopočka (70 g) <b>(SOJ.)</b> Pomidor b/skórki (50 g) <b>(MLE)</b> Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Połudwica sopočka (70 g) <b>(SOJ.)</b> Pomidor b/skórki (50 g) <b>(MLE)</b> Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Połudwica sopočka (70 g) <b>(SOJ.)</b> Pomidor b/skórki (50 g) <b>(MLE)</b> Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Połudwica sopočka (70 g) <b>(SOJ.)</b> Żółty ser (20 g) <b>(MLE)</b> Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>
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: 1857 kcal; B: 88,05 g; T: 80,65 g; Kw. tł. nasy.: 37,01 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.	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 względu na losowy charakter zmian w jadłospisie.

Środa 24.04.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żałdakowo/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 jęczmienną (250 ml) <u>(GLU JECZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami (80 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (100 g) Sałata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną (250 ml) <u>(GLU JECZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami (80 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (100 g) Sałata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JECZ, SEL.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami (80 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JECZ, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami (80 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JECZ, SEL.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami (80 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</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> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami (120 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	Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Makaron (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> 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 (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> 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 b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ, 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)

	<b>SEL.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g) Kompot owocowy (250 ml) Budyń śmietankowy (150 g) <b>(MLE.)</b>		<b>SEL.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Budyń śmietankowy b/c (150 g) <b>(MLE.)</b>	<b>SEL.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Budyń śmietankowy b/c (150 g) <b>(MLE.)</b>	<b>SEL.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Budyń śmietankowy (150 g) <b>(MLE.)</b>	Banan (120 g) 1 szt. Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	<b>SEL.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g) Kompot owocowy (250 ml) Budyń śmietankowy (150 g) <b>(MLE.)</b>	Budyń śmietankowy (150 g) <b>(MLE.)</b>	<b>SEL.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Budyń śmietankowy b/c (150 g) <b>(MLE.)</b>	<b>SEL.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Budyń śmietankowy b/c (150 g) <b>(MLE.)</b>	<b>SEL.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Budyń śmietankowy (150 g) <b>(MLE.)</b>	Budyń śmietankowy (150 g) <b>(MLE.)</b>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Paszтет z soczewicy (60 g) <b>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Serek ziarnisty naturalny (150 g) <b>(MLE.)</b> Pomidor b/škórki (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE.)</b> Paszтет z soczewicy (60 g) <b>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Paszтет z soczewicy (100 g) <b>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Paszтет z soczewicy (100 g) <b>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Paszтет z soczewicy (100 g) <b>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Ciastka biszkoptowe (50 g) <b>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)</b>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <b>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)</b>	Wafle ryżowe (30 g)	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) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b>
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: 59,68 g; bł.: 35,19 g; Sól: 6,14 g.	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: 48,95 g; bł.: 47,01 g; Sól: 6,54 g.	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: 55,86 g; bł.: 46,12 g; Sól: 7,36 g.	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: 85,86 g; bł.: 36,52 g; Sól: 7,47 g.	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: 85,86 g; bł.: 36,52 g; Sól: 7,47 g.

Ze względu na losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Czwartek 25.04.2024	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) <u>(GLU PSZ, JAJ, 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> Jajecznica ze szczypiorkiem na maśle (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (100 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Zupa mleczna z makaronem (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> Parówki drobiowe (90 g) <u>(SOJ.)</u> Serek kremowy kanapkowy (20 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (60 g) Salata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Makaron pełnoziarnisty na warzywie jarzynowym <u>(GLU, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Jajecznica ze szczypiorkiem na maśle (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (100 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na warzywie jarzynowym (250 g) <u>(GLU, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb graham (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) Jajecznica ze szczypiorkiem (100 g) <u>(JAJ)</u> Pomidor (100 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Zupa mleczna z makaronem (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, 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> Jajecznica ze szczypiorkiem na maśle (150 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (100 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Zupa mleczna z makaronem (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, 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> Jajecznica ze szczypiorkiem na maśle (150 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Pomidor (100 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>
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.	Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>
Obiad	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) 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) 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) Surówka z marchwi (b/c) (150 g)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) Surówka z marchwi (b/c) (150 g)	Zupa ziemniaczana b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ, 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)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (150 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)

	Kompot owocowy (250 ml) Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Kompot owocowy b/c (250 ml) Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Kompot owocowy b/c (250 ml) Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Kompot owocowy (250 ml) Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Kompot owocowy b/c (250 ml) Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Kompot owocowy b/c (250 ml) Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.
Podwieczorek						Serek waniliowy homogenizowany (150 g) <b>(MLE.)</b>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Pomidor (100 g) <b>(SOJ.)</b> Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa (60 g) <b>(SOJ.)</b> Pomidor b/skórki (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE.)</b> Ser żółty (50 g) <b>(MLE.)</b> Pomidor (100 g) <b>(SOJ.)</b> Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (100 g) <b>(SEL.)</b> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ.)</b> Ser żółty (50 g) <b>(MLE.)</b> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ.)</b> Ser żółty (50 g) <b>(MLE.)</b> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Kisiel owocowy (200 ml)	Kisiel owocowy (200 ml)	Kisiel owocowy b/c (200 ml)	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) <b>(GLU PSZ., SOJ., MLE.)</b>
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: 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.	E: 2939 kcal; B: 138,49 g; T: 118,62 g; Kw. tł. nasy.: 47,61 g; W: 339,11 g; w tym cukry ogółem: 64,54 g; bł.: 23,96 g; Sól: 5,33 g.

Ze względu losowych zastrzegę się prawo do zmian w jadłospisie.



<p><b>Piątek</b> <b>26.04.2024</b></p>	<p><b>Dieta podstawowa (1)</b></p>	<p><b>Dieta</b> <b>żołądkowo/wątrobowa (4)</b> łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego</p>	<p><b>Dieta cukrzycowa insulinowa (6)</b> z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p><b>Dieta cukrzycowa uboga energetyczna (8)</b> dieta ubogoenergetyczna</p>	<p><b>Dieta bezmleczna (6/ML)</b></p>	<p><b>Dieta</b> <b>wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)</b></p>
<p><b>Śniadanie</b></p>	<p>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-pszenno-żytni (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> Pomidor b/skórki (80 g) <u>(MLE.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>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) <u>(MLE.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU, PSZ., 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% (10 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Papryka świeża (80 g) <u>(SOJ.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(SOJ.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Makaron pełnoziarnisty na wywarze 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) <u>(MLE.)</u> Hummus (30 g) <u>(SEZ.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Papryka świeża (80 g) <u>(SOJ.)</u> Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(GLU, PSZ., MLE.)</u></p>	<p>Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU, PSZ., SEL.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) <u>(MLE.)</u> Hummus (30 g) <u>(SEZ.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Papryka świeża (80 g) <u>(SOJ.)</u> Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(GLU, PSZ., MLE.)</u></p>	<p>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-pszenno-żytni (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) <u>(SOJ.)</u> Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(GLU, PSZ., MLE.)</u></p>
<p><b>II śniadanie</b></p>	<p>Kiwi (90 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u></p>	<p>Banan (120 g) 1 szt.</p>	<p>Kiwi (90 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u></p>	<p>Kiwi (90 g) 1 szt.</p>	<p>Kiwi (90 g) 1 szt.</p>	<p>Kiwi (90 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u></p>
<p><b>Obiad</b></p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny (200 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny b/mleka (350 ml) <u>(GLU, PSZ., SEL.)</u></p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p>

	Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <b>(RYB.)</b> Sos koperkowy (80 ml) <b>(GLU, MLE, SEL.)</b> Warzywa po grecku (100 g) <b>(GLU, SEL.)</b> Seler z pietruszką gotowany z olejem (100 g) <b>(GLU, SEL.)</b> Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <b>(RYB.)</b> Sos koperkowy (80 ml) <b>(GLU, MLE, SEL.)</b> Surówka z selerą i kapusty z olejem (100 g) Surówka z selerą i orzechów (100 g) <b>(ORZ, MLE, SEL.)</b> Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <b>(RYB.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty z olejem b/c (100 g) Surówka z selerą i orzechów (100 g) <b>(ORZ, MLE, SEL.)</b> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <b>(RYB.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty z olejem b/c (100 g) Surówka z selerą i orzechów (100 g) <b>(ORZ, MLE, SEL.)</b> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) <b>(GLU, RYB, SEL.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100 g) Surówka z selerą i orzechów (100 g) <b>(ORZ, MLE, SEL.)</b> Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) <b>(GLU, RYB, SEL.)</b> Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100 g) Surówka z selerą i orzechów (100 g) <b>(ORZ, MLE, SEL.)</b> Kompot owocowy (250 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)
Podwieczorek	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Pasta z białek z natką pietruszki (100 g) <b>(MLE, JAJ.)</b> Pomidor b/skórki (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło 82% (10 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)
Posiłek nocny	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny bez dodatku cukru 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) <b>(MLE.)</b>	Napój sojowy niesłodzony 200 ml <b>(SOJ.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>
Wartości	E: 2264 kcal; B: 88,80 g; T: 78,21 g;	E: 2040 kcal; B: 94,87 g; T: 67,19 g;	E: 1684 kcal; B: 81,55 g; T: 59,75 g; Kw. tł. nasy.: 64,34 g;	E: 2307 kcal; B: 64,34 g; T: 80,91 g;	E: 2409 kcal; B: 93,90 g; T: 81,33 g; Kw. tł. nasy.:	E: 2264 kcal; B: 88,80 g; T: 78,21 g;	E: 2040 kcal; B: 94,87 g; T: 67,19 g;	E: 1684 kcal; B: 81,55 g; T: 59,75 g; Kw. tł. nasy.: 64,34 g;	E: 2307 kcal; B: 64,34 g; T: 80,91 g;	E: 2409 kcal; B: 93,90 g; T: 81,33 g; Kw. tł. nasy.:	E: 2264 kcal; B: 88,80 g; T: 78,21 g;	E: 2040 kcal; B: 94,87 g; T: 67,19 g;	E: 1684 kcal; B: 81,55 g; T: 59,75 g; Kw. tł. nasy.: 64,34 g;	E: 2307 kcal; B: 64,34 g; T: 80,91 g;	E: 2409 kcal; B: 93,90 g; T: 81,33 g; Kw. tł. nasy.:

	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.	26,72 g; W: 343,38 g; w tym cukry ogółem: 90,71 g; bł.: 28,07 g; Sól: 6,21 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.	nasy.: 23,69 g; W: 221,95 g; w tym cukry ogółem: 38,59 g; bł.: 36,79 g; Sól: 6,35 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.	30,95 g; W: 342,05 g; w tym cukry ogółem: 79,72 g; bł.: 36,22 g; Sól: 7,67 g.
--	--	---	--	--	--	---

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

<b>Sobota 27.04.2024</b>	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowo łatwa strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JECZ, 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> Serek naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) <u>(MLE.)</u> Salata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JECZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek naturalny (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) <u>(MLE.)</u> Salata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JECZ, 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% (10 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Serek naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) <u>(MLE.)</u> Salata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JECZ, 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> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (60 g) <u>(ISOJ, GOR.)</u> Pomidor (80 g) <u>(MLE.)</u> Salata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JECZ, 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%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) <u>(MLE.)</u> Salata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) <u>(MLE.)</u>
II śniadanie	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) <u>(MLE.)</u>	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Pomarańcza (220 g) 1 szt.	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) <u>(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.: 36,87 g; Sól: 8,94 g.	E: 2344 kcal; B: 86,65 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.	9) <u>(GLUPSZ, MLE, JAJ.)</u> E: 2278 kcal; B: 94,71 g; T: 66,47 g; Kw. tł. nasy.: 26,43 g; W: 342,89 g; w tym cukry ogółem: 46,69 g; bł.: 50,57 g; Sól: 8,24 g.	9) <u>(GLUPSZ, MLE, JAJ.)</u> 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.: 45,00 g; Sól: 6,63 g.	(25 g), sałata (5 g) <u>(GLUPSZ, JAJ.)</u> 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.
----------	--	---	---	---	---	--

Ze względu losowych zastrzeżeń się prawo do zmian w jadłospisie.

<b>Niedziela</b> <b>28.04.2024</b>	<b>Dieta podstawowa (1)</b> Kasza jęczmienna na mleku (250 ml) <u>(GLU, JĘCZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLUPSZ, MLE.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u>	<b>Dieta</b> żółdkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żółdkowego Kasza jęczmienna na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ, MLE.)</u> Bułka pszenno-żytni (50 g) <u>(GLUPSZ, MLE.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek zsiarny naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynkowa kiełbasa drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	<b>Dieta cukrzycowa insulinowa (6)</b> z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u>	<b>Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8)</b> dieta ubogo energetyczna Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLUPSZ, MLE.)</u> Serek zsiarny naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynkowa kiełbasa drobiowa (30 g)	<b>Dieta bezmleczna (6/ML)</b> Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)	<b>Dieta</b> wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9) Kasza jęczmienna na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLUPSZ, MLE.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek zsiarny naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Kiełbasa żywiecka wieprzowa grubo
<b>Śniadanie</b>	Kasza jęczmienna na mleku (250 ml) <u>(GLU, JĘCZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLUPSZ, MLE.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u>	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u>	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLUPSZ, MLE.)</u> Serek zsiarny naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynkowa kiełbasa drobiowa (30 g)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)	Kasza jęczmienna na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLUPSZ, GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLUPSZ, MLE.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek zsiarny naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Kiełbasa żywiecka wieprzowa grubo	

	Serek ziamisty naturalny (50 g) <u>(MLE, SOJ.)</u> Kielbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) <u>(MLE, SOJ.)</u> Pomidorki koktajlowe (80 g) Salata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(GLU, MLE.)</u>	Jabiko (100 g) 1 szt.		Serek ziamisty naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Salata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) <u>(GLU, MLE.)</u>	Pomidorki koktajlowe (80 g) Salata 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) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	rozdrobniona (30 g) <u>(MLE, SOJ.)</u> Pomidorki koktajlowe (80 g) Salata 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 sałatą: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Jabiko (100 g) 1 szt. Kanapka z szynką i sałatą: 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. Kanapka z szynką i sałatą: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Jabiko (100 g) 1 szt. Kanapka z szynką i sałatą: 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 (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> 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> 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 mleczna (40 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</u>	Bułka mleczna (40 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</u>	Salatka z brokuła, kalafiora, oleju i koperku (100 g)	Salatka z brokuła, kalafiora, oleju i koperku (100 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Bułka mleczna (40 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</u>



