

Poniedziałek 03.06.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzykowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzykowa 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) Sałata 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) Sałata 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> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU OW, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Rzodkiewka (50 g) Sałata 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> Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (20 g) Banan (120 g) 1 szt. Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Płatki owsiane na mleku (250 ml) <u>(GLU OW, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (90 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (60 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (70 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Serek Fromage (40 g) <u>(MLE.)</u> Rzodkiewka (50 g) Sałata 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>	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)	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) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u>	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) <u>(GLU PSZ, SEL, MLE.)</u>	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 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>	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 (100 g) <u>(SEL.)</u> (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Buraczki gotowane (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki gotowane (200 g) Surówka z białej kapusty z olejem (100 g) <u>(SEL.)</u> (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z białej kapusty <u>(SEL.)</u> (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	b/mleka (100 g/ 50 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z białej kapusty <u>(SEL.)</u> (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z białej kapusty <u>(SEL.)</u> (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU.)</u> Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Kisiel owocowy (150 g)	Kisiel owocowy (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)
Kolacja	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> <u>(MLE.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (50 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> Szynka drobiowa (40 g) <u>(SOJ.)</u> Twaróg chudy (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor biskórki (60 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (60 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (50 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> Ser żółty (60 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (50 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> Ser żółty (60 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)</u>	Wafle ryżowe (30 g)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>(GLU PSZ.)</u>	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>
Wartości	E: 2439 kcal; B: 103,02 g; T: 80,99 g; Kw. tł. nasy.: 40,25 g; W: 330,0 g; w tym cukry ogółem: 53,71 g; bł.: 33,73 g; Sól: 5,17 g.	E: 2537 kcal; B: 102,3 g; T: 59,39 g; Kw. tł. nasy.: 21,60 g; W: 396,91 g; w tym cukry ogółem: 80,53 g; bł.: 25,15 g; Sól: 5,41 g.	E: 2311 kcal; B: 98,45 g; T: 80,35 g; Kw. tł. nasy.: 39,17 g; W: 313,20 g; w tym cukry ogółem: 40,40 g; bł.: 37,33 g; Sól: 6,44 g.	E: 1756 kcal; B: 85,62 g; T: 55,14 g; Kw. tł. nasy.: 24,45 g; W: 237,90 g; w tym cukry ogółem: 38,24 g; bł.: 34,73 g; Sól: 4,44 g.	E: 2046 kcal; B: 97,37 g; T: 51,67 g; Kw. tł. nasy.: 13,13 g; W: 313,60 g; w tym cukry ogółem: 40,62 g; bł.: 7,33 g; Sól: 7,55 g.	E: 2804 kcal; B: 121,52 g; T: 95,78 g; Kw. tł. nasy.: 46,82 g; W: 367,60 g; w tym cukry ogółem: 73,58 g; bł.: 35,92 g; Sól: 6,67 g.

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

<p>Wtorek 04.06.2024</p>	<p>Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</p>	<p>Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta 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) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Twaróg chudy (30 g) <u>(MLE.)</u> Miód (30 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <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 chudy (30 g) <u>(MLE.)</u> Miód (30 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Bułka grahamka (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Twaróg półtłusty (30 g) <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p>
<p>II śniadanie</p>	<p>Mandarynka (100 g) 1 szt.</p>	<p>Ciaska biszkoptowe (30 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u></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) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JEJCZ.)</u></p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JEJCZ.)</u></p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JEJCZ.)</u></p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JEJCZ.)</u></p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JEJCZ.)</u></p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JEJCZ.)</u></p>

	Gulasz duszony z łopatkki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Gulasz duszony z łopatkki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi i jabłka (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Gulasz duszony z łopatkki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Gulasz duszony z łopatkki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Gulasz duszony z łopatkki wieprzowej (160 g) (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Gulasz duszony z łopatkki wieprzowej (200 g) (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Serek wiejski owocowy (150 g)	Serek wiejski owocowy (150 g)	Sok pomidorowy (200 ml)	Sok pomidorowy (200 ml)	Sok pomidorowy (200 ml)	Serek wiejski owocowy (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) Południowa soppoca (70 g) (SOJ.) Pomidor b/skórki (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Południowa soppoca (70 g) (SOJ.) Pomidor b/skórki (50 g) 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) Południowa soppoca (70 g) (SOJ.) Pomidor (50 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) Południowa soppoca (70 g) (SOJ.) Pomidor (50 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) Południowa soppoca (70 g) (SOJ.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) (MLE) Południowa soppoca (70 g) (SOJ.) Pomidor (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) Południowa soppoca (70 g) (SOJ.) Żółty ser (20 g) (MLE) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	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) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
Wartości	E: 2196 kcal; B: 110,61 g; T: 86,60 g; Kw. tł. nasy.: 40,79 g; W: 252,26 g; w tym cukry ogółem: 45,82 g; bł.: 30,22 g; Sól: 10,07 g.	E: 2227 kcal; B: 114,23 g; T: 72,30 g; Kw. tł. nasy.: 33,89 g; W: 287,43 g; w tym cukry ogółem: 61,82 g; bł.: 21,37 g; Sól: 7,21 g.	E: 2196 kcal; B: 99,51 g; T: 87,13 g; Kw. tł. nasy.: 40,01 g; W: 272,0 g; w tym cukry ogółem: 36,37 g; bł.: 41,19 g; Sól: 9,32 g.	E: 1857 kcal; B: 88,05 g; T: 80,65 g; Kw. tł. nasy.: 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 losowych zastrzeżę się prawo do zmian w jadłospisie.

Środa 05.06.2024	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 kaszą jęczmienną (250 ml) (<u>GLU JECZ., MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami (80 g) (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki (100 g) (<u>MLE.</u>) Sałata zielona (10 g) (<u>MLE.</u>) 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) (<u>MLE.</u>) Sałata zielona (10 g) (<u>MLE.</u>) 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>) 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) (<u>MLE.</u>) Sałata zielona (10 g) (<u>MLE.</u>) 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 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) (<u>MLE.</u>) Sałata zielona (10 g) (<u>MLE.</u>) 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>) Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami (80 g) (<u>MLE.</u>) Pomidor (100 g) (<u>MLE.</u>) Sałata zielona (10 g) (<u>MLE.</u>) Herbata czarna b/c (250 ml)	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) (<u>MLE.</u>) Sałata zielona (10 g) (<u>MLE.</u>) 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)	Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml)	Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml)	Zupa z białych warzyw z ziemniakami b/mleka (300 ml)	Zupa z białych warzyw z ziemniakami b/mleka (300 ml)	Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) (<u>GLU PSZ., MLE., SEL.</u>)

	<p>ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (b/c) (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u></p>	<p>Makaron (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Lekkostrawny sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych z olejem (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u></p>	<p>ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (b/c) (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Budyń śmietankowy b/c (150 g) <u>(MLE, SEL.)</u></p>	<p><u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (b/c) (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Budyń śmietankowy b/c (150 g) <u>(MLE, SEL.)</u></p>	<p>(300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (b/c) (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u></p>	<p>Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty (150 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)</p>	
Podwieczorek	<p>Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE, SEL.)</u></p>	<p>Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE, SEL.)</u></p>	<p>Budyń śmietankowy b/c (150 g) <u>(MLE, SEL.)</u></p>	<p>Budyń śmietankowy b/c (150 g) <u>(MLE, SEL.)</u></p>	<p>Kisiel owocowy (150 g)</p>	<p>Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE, SEL.)</u></p>	
Kolacja	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE, SEL, SOJ.)</u> Paszтет z soczewicy (60 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE, SEL.)</u> Serek zmiarnisty naturalny (150 g) <u>(MLE, SEL.)</u> Pomidor biskórki (50 g) <u>(MLE, SEL.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE, SEL, SOJ.)</u> Paszтет z soczewicy (60 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE, SEL, SOJ.)</u> Paszтет z soczewicy (60 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE, SEL.)</u> Paszтет z soczewicy (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE, SEL.)</u> Paszтет z soczewicy (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE, SEL.)</u> Paszтет z soczewicy (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) <u>(GLU PSZ, SEL, SOJ.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p>
Posiłek nocny	<p>Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)</u></p>	<p>Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)</u></p>	<p>Kanapka z twarożkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), twarożek (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u></p>	<p>Wafle ryżowe (30 g)</p>	<p>Wafle ryżowe (30 g)</p>	<p>Kanapka z twarożkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), twarożek (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u></p>	
Wartości	<p>E: 2095 kcal; B: 71,33 g; T: 67,94 g; Kw. tł. nasy.: 38,40 g; W: 306,56 g; w tym</p>	<p>E: 2077 kcal; B: 64,90 g; T: 69,96 g; Kw. tł. nasy.: 35,93 g; W: 289,14 g; w tym</p>	<p>E: 1990 kcal; B: 64,90 g; T: 69,96 g; Kw. tł. nasy.: 35,93 g; W: 289,14 g; w tym</p>	<p>E: 1771 kcal; B: 58,84 g; T: 64,41 g; Kw. tł. nasy.: 32,14 g; W: 248,31 g; w tym</p>	<p>E: 1940 kcal; B: 58,00 g; T: 52,57 g; Kw. tł. nasy.: 8,09 g; W: 318,53 g; w tym</p>	<p>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</p>	

	tym cukry ogółem: 59,68 g; bł.: 35,19 g; Sól: 6,14 g.	tym cukry ogółem: 61,24 g; bł.: 26,54 g; Sól: 6,00 g.	tym cukry ogółem: 50,95 g; bł.:45,69 g; Sól: 7,99 g.	cukry ogółem: 48,95 g; bł.: 47,01 g; Sól: 6,54 g.	cukry ogółem: 55,86 g; bł.: 46,12 g; Sól: 7,36 g.	g; bł.: 36,52 g; Sól: 7,47 g.
--	---	--	--	---	---	----------------------------------

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Czwartek 06.06.2024	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 pszemno-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> Jajecznicą ze szczyptorkiem 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 biskórki (60 g) Salata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Makaron pełnoziarnisty na warzywie (250 g) <u>(GLU, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Jajecznicą ze szczyptorkiem 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 razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Jajecznicą ze szczyptorkiem 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> Chleb pszemno-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) Jajecznicą ze szczyptorkiem (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 pszemno-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> Jajecznicą ze szczyptorkiem 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.	Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Kiwi (100 g) 1 szt.	Kiwi (100 g) 1 szt.	Kiwi (100 g) 1 szt.	Ciastka Petit Beurre (50 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>
Obiad	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka gotowane (130 g)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g)	Zupa ziemniaczana b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 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)	Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ryż paraboliczny (100 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Serek waniliowy homogenizowany (150 g) <u>(MLE.)</u>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	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> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Kisiel owocowy (200 ml)	Kisiel owocowy (200 ml)	Kisiel owocowy b/c (200 ml)	Kisiel owocowy (200 ml)	Kisiel owocowy (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) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>
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; T: 92,91 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: 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: 118,62 g; T: 47,61 g; W: 339,11 g; w tym cukry ogółem: 64,54 g; bł.: 23,96 g; Sól: 5,33 g.	E: 2939 kcal; B: 118,62 g; T: 47,61 g; W: 339,11 g; w tym cukry ogółem: 64,54 g; bł.: 23,96 g; Sól: 5,33 g.	E: 2939 kcal; B: 118,62 g; T: 47,61 g; W: 339,11 g; w tym cukry ogółem: 64,54 g; bł.: 23,96 g; Sól: 5,33 g.	E: 2939 kcal; B: 118,62 g; T: 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 zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Piątek 07.06.2024	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	Zacierka na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Zacierka na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na 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% (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</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) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	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> Serek kanapkowy śmietankowy (30 g) <u>(MLE.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% t. (20 g) Hummus (30 g) <u>(SEZ.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Papryka świeża (80 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Zacierka na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>
II śniadanie	Kiwi (90 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Kiwi (90 g) 1 szt.	Kiwi (90 g) 1 szt.	Kiwi (90 g) 1 szt.	Kiwi (90 g) 1 szt.

Obiad	<p>Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p> <p>Ziemiaki z koperkiem gotowane (200 g)</p> <p>Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <u>(RYB.)</u></p> <p>Sos koperkowy (80 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p> <p>Warzywa po grecku (100 g) <u>(GLU, SEL.)</u></p> <p>Seler z pietruszką gotowany z olejem (100 g) <u>(GLU, SEL.)</u></p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p> <p>Ziemiaki z koperkiem gotowane (200 g)</p> <p>Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <u>(RYB.)</u></p> <p>Sos koperkowy (80 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p> <p>Warzywa po grecku (100 g) <u>(GLU, SEL.)</u></p> <p>Seler z pietruszką gotowany z olejem (100 g) <u>(GLU, SEL.)</u></p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u></p> <p>Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p> <p>Ziemiaki z koperkiem gotowane (200 g)</p> <p>Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <u>(RYB.)</u></p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem b/c (100 g) <u>(RYB.)</u></p> <p>Sos koperkowy (80 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100 g) <u>(ORZ, MLE, SEL.)</u></p> <p>Surówka z selera i orzechów (100 g) <u>(ORZ, MLE, SEL.)</u></p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny (200 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p> <p>Ziemiaki z koperkiem gotowane (150 g)</p> <p>Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <u>(RYB.)</u></p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem b/c (100 g)</p> <p>Surówka z selera i orzechów (100 g) <u>(ORZ, MLE, SEL.)</u></p> <p>Kompot owocowy b/c (250 ml)</p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny b/mleka (350 ml) <u>(GLU, PSZ, SEL.)</u></p> <p>Ziemiaki z koperkiem gotowane (200 g)</p> <p>Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) <u>(GLU, RYB, SEL.)</u></p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100 g)</p> <p>Surówka z selera i orzechów (100 g) <u>(ORZ, MLE, SEL.)</u></p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u></p> <p>Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u></p> <p>Ziemiaki z koperkiem gotowane (200 g)</p> <p>Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) <u>(GLU, RYB, SEL.)</u></p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (100 g)</p> <p>Surówka z selera i orzechów (100 g) <u>(ORZ, MLE, SEL.)</u></p> <p>Kompot owocowy (250 ml)</p>
Podwieczorek	<p>Kisiel owocowy (150 ml)</p>	<p>Kisiel owocowy (150 ml)</p>	<p>Kisiel owocowy b/c (150 ml)</p>	<p>Kisiel owocowy b/c (150 ml)</p>	<p>Kisiel owocowy (150 ml)</p>	<p>Kisiel owocowy (150 ml)</p>
Kolacja	<p>Chleb pszenno-żytni (50 g) <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>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u></p> <p>Pomidor b/skórki (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU, PSZ.)</u></p> <p>Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Pasta z białek z natką pietruszki (100 g) <u>(MLE, JAJ.)</u></p> <p>Pomidor b/skórki (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni (50 g) <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>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u></p> <p>Pomidor (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU, PSZ.)</u></p> <p>Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u></p> <p>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u></p> <p>Pomidor (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (70 g) <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>Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)</p> <p>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (b/mleka) (60 g) <u>(JAJ.)</u></p> <p>Pomidor (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni (50 g) <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>Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u></p> <p>Pomidor (80 g)</p> <p>Salata zielona (20 g)</p> <p>Herbata czarna (250 ml)</p>

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

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Sobota 08.06.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żółdkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żółdkowego	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) (GLU JECZ., 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.) Serek naturalny (50 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g) (PSZ.) Pomidor b/skórki (80 g) (GOR.) Salata zielona (20 g) (SOJ.) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) (GLU JECZ., MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Serek naturalny (30 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g) (PSZ.) Pomidor (80 g) (GOR.) Salata zielona (20 g) (SOJ.) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU JECZ., SEL.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb razowy graham (100 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Serek naturalny (50 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g) (PSZ.) Pomidor (80 g) (GOR.) Salata zielona (20 g) (SOJ.) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU JECZ., SEL.) Masło 82% (10 g) (MLE.) 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) (PSZ.) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ., GOR.) Pomidor (80 g) (GOR.) Salata zielona (20 g) (SOJ.) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) (GLU JECZ., MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Serek naturalny (50 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g) (PSZ.) Pomidor (80 g) (GOR.) Salata zielona (20 g) (SOJ.) Herbata czarna (250 ml)	Pomarańcza (220 g) 1 szt.
II śniadanie	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Pomarańcza (220 g) 1 szt.	Pomarańcza (220 g) 1 szt.

	szk. (może zawierać <u>MLE.</u>)		masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) (<u>GLUPSZ., MLE., JAJ.</u>)	masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) (<u>GLUPSZ., MLE., JAJ.</u>)	margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) (<u>GLUPSZ., JAJ.</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: 56,22 g; T: 66,47 g; Kw. tł. nasy.: 26,43 g; W: 342,89 g; w tym cukry ogółem: 106,31 g; bł.: 28,73 g; Sól: 4,79 g.	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.	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.	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 zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 09.06.2024	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 wysokokalorowa (9)
Śniadanie	Kasza jęczmienna 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>) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. (<u>JAJ.</u>) Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidor b/iskorki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza jęczmienna 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>) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. (<u>JAJ.</u>) Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidor b/iskorki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza jęczmienna 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>) Masło 82% (10 g) (<u>MLE.</u>) Chleb razowy graham (100 g) (<u>GLU PSZ.</u>) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. (<u>JAJ.</u>) Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) (<u>GLU, MLE.</u>)	Kasza jęczmienna 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>) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. (<u>JAJ.</u>) Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g)	Kasza jęczmienna 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>) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. (<u>JAJ.</u>) Kielbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) (<u>MLE, SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe (80 g)	

	Pomidorcki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) (<u>GLU, MLE.</u>)		Salata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) (<u>GLU, MLE.</u>)	Pomidorcki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Salata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
II śniadanie	Jabłko pieczone (100 g) 1 szt.	Jabłko (100 g) 1 szt. Kanaпка z szynką i sałata: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko (100 g) 1 szt.	Jabłko (100 g) 1 szt.	Jabłko (100 g) 1 szt. Kanaпка z szynką i sałata: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
Obiad	Pomidorowa z makaronem (350 ml) (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>) 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) (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy (250 ml)	Pomidorowa z makaronem (350 ml) (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie (100 g) 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) (<u>SEL.</u>) 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 (bez mleka) (350 ml) (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie (100 g) Sos własny (80 ml) (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw 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)
Podwieczorek	Buika mlecza (40 g) 1 szt. (<u>GLU PSZ, MLE, JAJ.</u>)	Buika mlecza (40 g) 1 szt. (<u>GLU PSZ, MLE, JAJ.</u>)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Buika mlecza (40 g) 1 szt. (<u>GLU PSZ, MLE, JAJ.</u>)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło (82%) (10 g) (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa wędzona (30 g) (<u>SOJ.</u>)	Buika pszenna długa krojona (100 g) (<u>GLU PSZ.</u>) Masło (82%) (10 g) (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa wędzona (30 g) (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy graham (100 g) (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 82% (10 g) (<u>MLE</u>)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Masło 82% (10 g) (<u>MLE</u>)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło (82%) (10 g) (<u>MLE</u>)

	Masło (82%) (10 g) (MLE.) Szynka wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziolami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Serek homogenizowany z ziolami (50 g) (MLE.) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Masło 82% (10 g) (MLE.) Szynka wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziolami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Szynka wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziolami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka wieprzowa wędzona (80 g) (SOJ.) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Szynka wieprzowa wędzona (30 g) (SOJ.) Serek homogenizowany z ziolami (50 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l (1 szt.)	Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml)
Wartości	E: 2384 kcal; B: 97,6 g; T: 72,69 g; Kw. tł. nasy.: 25,0 g; W: 349,12 g; w tym cukry ogółem: 74,39 g; bł.: 34,67 g; Sól: 7,62 g.	E: 2263,81 kcal; B: 95,70 g; T: 65,39 g; Kw. tł. nasy.: 24,47 g; W: 334,37 g; w tym cukry ogółem: 65,66 g; bł.: 25,36 g; Sól: 7,21 g.	E: 2096 kcal; B: 111,99 g; T: 58,60 g; Kw. tł. nasy.: 23,98 g; W: 299,67 g; w tym cukry ogółem: 49,26 g; bł.: 44,10 g; Sól: 8,13 g.	E: 1691 kcal; B: 95,44 g; T: 46,46 g; Kw. tł. nasy.: 20,36 g; W: 237,76 g; w tym cukry ogółem: 44,37 g; bł.: 36,15 g; Sól: 9,08 g.	E: 2313 kcal; B: 106,08 g; T: 76,36 g; Kw. tł. nasy.: 12,70 g; W: 313,41 g; w tym cukry ogółem: 48,02 g; bł.: 38,04 g; Sól: 6,08 g.	E: 2657 kcal; B: 110,15 g; T: 83,72 g; Kw. tł. nasy.: 28,48 g; W: 383,16 g; w tym cukry ogółem: 77,08 g; bł.: 40,62 g; Sól: 9,08 g.

Ze względu losowych zastrzeżenie się prawo do zmian w jadłospisie.

Poniedziałek 10.06.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa uboga energetyczna (8) dieta uboga energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Polędwica soppocka (70 g) (SOJ.)	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Polędwica soppocka (70 g) (SOJ.)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.)

	Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Połudwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Rzodkiewka (50 g) Salata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Pomidor b/iskórki (100 g) Salata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Połudwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Rzodkiewka (50 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Polędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Rzodkiewka (50 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Połudwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Rzodkiewka (50 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Połudwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Żółty ser (30 g) <u>(MLE.)</u> Rzodkiewka (50 g) Salata 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> <u>SEL.)</u> Pierogi z mięsem (gotowane) (350 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Wielowarzynna z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> <u>SEL.)</u> Pierogi z mięsem (gotowane) (350 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Marchew gotowana (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Wielowarzynna z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> <u>SEL.)</u> Pierogi z mięsem (gotowane) (350 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem b/c (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Wielowarzynna z ziemniakami b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Pierogi z mięsem (gotowane) (350 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem b/c (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Wielowarzynna z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Pierogi z mięsem (gotowane) (400 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Wielowarzynna z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Pierogi z mięsem (gotowane) (400 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem (150 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u>	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/iskórki (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</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> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</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> Jajko gotowane (100 g) 2 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</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> Jajko gotowane (100 g) 2 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u>

	Szynka drobiowa (50 g) (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)		Szynka drobiowa (50 g) (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Jajko gotowane (50 g) 1 szt. (<u>JAJ.</u>) Szynka drobiowa (50 g) (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z żółtym serem (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), żółty ser (20 g) (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Wafle ryżowe (50 g)	Herbata b/c (250 ml) Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z żółtym serem (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), żółty ser (20 g) (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
Wartości	E: 2654 kcal; B: 131,17 g; T: 75,48 g; Kw. tł. nasy.: 38,40 g; W: 370,34 g; w tym cukry ogółem: 92,02 g; bł.: 31,94 g; Sól: 6,03 g.	E: 2312 kcal; B: 115,68 g; T: 48,79 g; Kw. tł. nasy.: 25,05 g; W: 359,66 g; w tym cukry ogółem: 105,83 g; bł.: 19,96 g; Sól: 5,28 g.	E: 2565 kcal; B: 123,06 g; T: 82,25 g; Kw. tł. nasy.: 46,59 g; W: 355,38 g; w tym cukry ogółem: 62,37 g; bł.: 46,46 g; Sól: 6,51 g.	E: 2343 kcal; B: 113,64 g; T: 81,15 g; Kw. tł. nasy.: 46,41 g; W: 308,61 g; w tym cukry ogółem: 61,41 g; bł.: 48,35 g; Sól: 5,59 g.	E: 2382 kcal; B: 101,56 g; T: 46,52 g; Kw. tł. nasy.: 15,90 g; W: 360,11 g; w tym cukry ogółem: 46,96 g; bł.: 47,91 g; Sól: 5,49 g.	E: 3029 kcal; B: 155,60 g; T: 85,26 g; Kw. tł. nasy.: 43,74 g; W: 417,43 g; w tym cukry ogółem: 96,66 g; bł.: 32,58 g; Sól: 6,71 g.

Wtorek 11.06.2024	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	Płatki jaglane na mleku (300 ml) (<u>MLE.</u>) Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>)	Płatki jaglane na mleku (300 ml) (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (<u>GLU PSZ.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny (50 g) (<u>MLE.</u>)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) (<u>SEL, GLU.</u>) Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) (<u>SEL, GLU.</u>) Masło 82% (20 g) (<u>MLE.</u>) Chleb razowy graham (90 g) (<u>GLU PSZ.</u>) Ser żółty (30 g) (<u>MLE.</u>)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) (<u>SEL, GLU.</u>) Bułka grahamka (70 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>)	Płatki jaglane na mleku (300 ml) (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Chleb graham (30 g) (<u>GLU PSZ.</u>)

	Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z karczają (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u>	Szynka delikatesowa z karczają (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z karczają (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) <u>(MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u>	Szynka delikatesowa z karczają (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka delikatesowa z karczają (60 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z karczają (50 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</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, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarłe b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarłe b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Medalion z indyka gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (150 g) Sos jarzynowy (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarłe b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarłe b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Serek wiejski owocowy (150 g) <u>(MLE)</u>	Serek wiejski owocowy (150 g) <u>(MLE)</u>	Sok pomidorowy (200 ml)	Sok pomidorowy (200 ml)	Sok pomidorowy (200 ml)	Serek wiejski owocowy (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>	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</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>	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Dietyczna gulaszowa z mięsem	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</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) (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)	Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) (GLU PSZ. SEL.) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	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)	drobiowym b/c (200 ml) (GLU PSZ. SEL.) Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	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)	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. (MLE.)	Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. (MLE.)	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) (GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)	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) (GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)	Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)	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) (GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)

Ze względu na losowy charakter zmian w jadłospisie.

Środa 12.06.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowo (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa uboga energetycznie (8) dieta uboga energetycznie	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku (250 g) (MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Kasza kukurydziana na mleku (250 g) (MLE.) Bulka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU JECZ.) Masło 82% (20 g) (MLE)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU JECZ.) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Kasza kukurydziana na mleku (250 g) (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ.)

	Chleb graham (50 g) <u>(GLU, PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ., GOR.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ., GOR.)</u> Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałatka zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(MLE., GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u>	Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ., GOR.)</u> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <u>(MLE.)</u> Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku (80 g) Sałatka zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ., GOR.)</u> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałatka zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) <u>(MLE., GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u>	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <u>(SOJ., GOR.)</u> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałatka zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	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> Ogórek świeży (80 g) Sałatka zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) <u>(SOJ., GOR.)</u> Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałatka zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(MLE., GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u>
II śniadanie	Mandarynka 1 szt. (90 g)	Banan 1 szt. (120 g)	Mandarynka 1 szt. (90 g)	Mandarynka 1 szt. (90 g)	Mandarynka 1 szt. (90 g)	Mandarynka 1 szt. (90 g)
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z makaronem (300 ml) <u>(MLE., SEL., GLU PSZ.)</u> <u>(MLE., SEL., GLU PSZ.)</u> Kluski śląskie (150 g) <u>(JAJ.)</u> Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU., SEL.)</u> (100 g/80 g)	Barszcz czerwony zabieleny z makaronem b/c (300 ml) <u>(MLE., SEL., GLU PSZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU., SEL.)</u> (100 g/80 g)	Barszcz czerwony zabieleny z makaronem b/c (200 ml) <u>(MLE., SEL., GLU PSZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU., SEL.)</u> (100 g/80 g)	Barszcz czerwony zabieleny z makaronem b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ., SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU., SEL.)</u> (100 g/80 g)	Barszcz czerwony zabieleny z makaronem (300 ml) <u>(MLE., SEL., GLU PSZ.)</u> Kluski śląskie (150 g) <u>(JAJ.)</u> Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU., SEL.)</u> (120 g/90 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u>	Barszcz czerwony zabieleny z makaronem (300 ml) <u>(MLE., SEL., GLU PSZ.)</u> Kluski śląskie (150 g) <u>(JAJ.)</u> Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <u>(GLU., SEL.)</u> (120 g/90 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u>

	Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <u>(SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Kisiel o smaku cytrynowym (150 ml)	Kisiel o smaku cytrynowym (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>	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) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU,PSZ., GLU,ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU,PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta mięsno-warzywna, z mięsem drobiowym (100 g) <u>(SEL.)</u> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU,PSZ., GLU,ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU,PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta mięsno-warzywna, z mięsem drobiowym (100 g) <u>(SEL.)</u> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU,PSZ., GLU,ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU,PSZ., GLU, ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta mięsno-warzywna, z mięsem drobiowym (100 g) <u>(SEL.)</u> Pomidor (80 g) Salata 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) Salata 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) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Wafle ryżowe (50 g)	Banan (120 g) 1 szt.	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z jajkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU,PSZ, GLU,ŻYT, SOJ, MLE.)</u>	Kanapka z jajkiem i sałatą (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 względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Czwartek 13.06.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta zołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji	Dieta cukrzycowa insulinowa (6)	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8)	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
--------------------------------------	----------------------	---	------------------------------------	---	----------------------------	--

				dieta ubogo energetyczna				
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.) Ogórek świeży (80 g) Salata 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) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU, PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU, PSZ., GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) (RYB, SEL.) Ogórek świeży (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Masło 82% (20 g) (MLE) Chleb razowy graham (90 g) (GLU, PSZ.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) (RYB, SEL.) Ogórek świeży (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU, PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU, PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) (RYB, SEL.) Ogórek świeży (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (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.) Pomidor b/skórki (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	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.) Ogórek świeży (80 g) Salata 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) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie	Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.)	Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.)	Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.)	
Obiad	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.) Brokuł gotowany (100 g) Kalafior gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	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.) Brokuł gotowany (100 g) Kalafior gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	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.) Surówka Coleslaw b/c (100 g)	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.) Surówka Coleslaw b/c (100 g)	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.) Surówka Coleslaw b/c (100 g)	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.) Surówka Coleslaw b/c (100 g)	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.) Surówka Coleslaw b/c (100 g)	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.) Surówka Coleslaw b/c (100 g)

	Kalafior gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
Podwieczorek	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)
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> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z chrzanem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Salata 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> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z chrzanem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Salata 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> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z chrzanem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU,PSZ, GLU, ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU,PSZ, GLU, ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z jabłkiem b/c (80 g) Pomidor (100 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU,PSZ, GLU, ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU,PSZ, GLU, ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (80 g) Cwikła z chrzanem b/c (80 g) <u>(MLE, SO2)</u> Salata 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 sałatą (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 sałatą (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 sałatą (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.

Piątek 14.06.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łańcuchowa z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
-----------------------------	----------------------	--	---	--	-------------------------	---

Śniadanie	Kasza manna na mleku (250 g) (GLU PSZ, MLE.) Bulka 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)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Ser wiejski ziarnisty (200 g) (MLE.) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) 80% tł. (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU PSZ, SOJ.) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bulka 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 JECZ.)	Kasza manna na mleku (250 ml) (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bulka 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 JECZ.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU PSZ, SOJ.) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb 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 JECZ.)	Kasza manna na mleku (250 ml) (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bulka 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 JECZ.)
II śniadanie	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) (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) (RYB.) Sos cytrynowy (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinał gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Wafle ryżowe (30 g) Brokułowa z ryżem (300 ml) (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) (RYB.) Sos pietruszkowy (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinał gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna gotowana (80 g) (RYB.) Sos cytrynowy (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinał gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokułowa z ryżem b/mleka (300 ml) (SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) (RYB.) Sos cytrynowy b/mleka (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinał gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (150 g) (RYB.) Sos cytrynowy (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinał gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Brokułowa z ryżem (300 ml) (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (150 g) (RYB.) Sos cytrynowy (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinał gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) (MLE.)	Banan 1 szt. (120 g)	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) (MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) (MLE.)	Mus owocowo-warzywny (100 g)	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) (MLE.)

Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 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 z białek z koperkiem (100 g) <u>(JAJ, MLE)</u> Pomidór b/iskórki (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 jajeczna z koperkiem (100 g) <u>(JAJ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta jajeczna z koperkiem (120 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	produkt pasteryzowany	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 jajeczna z koperkiem (120 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (25 g), ogórek (15 g) <u>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</u>
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) <u>(GLU PSZ, GOR, 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>	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) <u>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</u>		

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Sobota 15.06.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa uboga energetyczna (8) dieta uboga energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Płatki pszenne na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ.)</u>	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ.)</u>	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ.)</u>	Płatki kukurydziane na mleku (250 ml) <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> 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)	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)	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> 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)	Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</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)	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> Szynka drobiowa (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)	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> Szynka drobiowa (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)	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> Szynka drobiowa (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)	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>
II śniadanie	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Budyń śmietankowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u>
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką z olejem (100 g) 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, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałatka z buraczków i jabłką z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek naturalny (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 waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>

Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU, PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU, PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Paszтет drobiowy (50 g) <u>(GLU, PSZ, JAJ, SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SEL.)</u> Papryka świeża (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bulka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU, PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) <u>(SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Salata 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 mięsa drobiowego (50 g) <u>(SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU, PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU, PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) <u>(SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Salata 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 mięsa drobiowego (50 g) <u>(SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU, PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU, PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Paszтет drobiowy (50 g) <u>(GLU, PSZ, JAJ, SEL.)</u> Szynka drobiowa (50 g) Papryka świeża (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Napój sojowy (250 ml) <u>(SOJ.)</u>	Napój sojowy (250 ml) <u>(SOJ.)</u>	Napój sojowy (250 ml) <u>(SOJ.)</u>	Napój sojowy (250 ml) <u>(SOJ.)</u>	Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) <u>(GLU, PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) <u>(GLU, PSZ, SOJ, MLE.)</u>

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 16.06.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa uboga energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) <u>(MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU, PSZ., GLU ŻYT.)</u>	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) <u>(MLE.)</u> Bulka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU, PSZ.)</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>	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g)	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. (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR.) Ser żółty (30 g) (MLE.) Pomidor (90 g) Salata zielona (20 g) Kakao z mlekiem (250 ml) (MLE.)	Ser mozzarella kulki (50 g) (MLE.) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR.) Pomidor b/skórki (90 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR.) Ser mozzarella kulki (50 g) (MLE.) Pomidor (90 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR.) Ser mozzarella kulki (35 g) (MLE.) Pomidor (90 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Ser żółty (50 g) (MLE.) Pomidor (90 g) Salata zielona (20 g) Kakao z mlekiem (250 ml) (MLE.)
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.
Obiad	Rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ., JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy pieczony (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ., SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Chudy rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ., JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ., SEL.) Kalafor gotowany (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ., JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ., SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Chudy rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ., JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (150 g) Udziec drobiowy gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ., SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ., JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ., SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
Podwieczorek	Serek waniliowy (150 g) (MLE.)	Serek waniliowy (150 g) (MLE.)	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt. Wafle ryżowe (30 g)	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.)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Poledwica delikatna (30 g)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)

	Masło (82%) (20 g) (MLE) Połudwica delikatna (30 g) Salaatka caprese (150 g) (MLE) Herbata czarna (250 ml)	Salaatka caprese, b/iskórkki (80 g) (MLE) Herbata czarna (250 ml)	Masło 82% (20 g) (MLE) Połudwica delikatna (30 g) Salaatka caprese (150 g) (MLE) Herbata b/c (250 ml)	Salaatka caprese (150 g) (MLE) Herbata b/c (250 ml)	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)	Masło (82%) (20 g) (MLE) Połudwica delikatna (70 g) Salaatka caprese (150 g) (MLE) Herbata czarna (250 ml)
Positek 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 zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

