

Czwartek 08.08.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta złożnikowa/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żółtkowego	Dieta cukrzykowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzykowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Makaron na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% t. (20 g) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (120 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (120 g) <u>(RYB, SEL.)</u> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie	Deser mleczny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Deser mleczny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Deser mleczny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z indyka pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u>	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z indyka pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u>	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Filet z indyka pieczony (100 g)	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z indyka pieczony (100 g)	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z indyka pieczony (100 g)	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z indyka pieczony (150 g)

	Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) (GOR.) Buraczki gotowane drobno tarte. b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) (GOR.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) (GOR.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) (GOR.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) (GOR.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) (GOR.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
Podwieczorek	Ciastka Petit Beuree (50 g) (GLU PSZ, MLE)	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z chrzanem b/c (80 g) (MLE, SO2) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z chrzanem b/c (80 g) (MLE, SO2) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z chrzanem b/c (80 g) (MLE, SO2) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z chrzanem b/c (80 g) (MLE, SO2) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z chrzanem b/c (80 g) (MLE, SO2) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (80 g) Cwikła z chrzanem b/c (80 g) (MLE, SO2) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Jabłko (120 g) 1 szt.	Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.)	Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ., SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ., SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ., SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ., SOJ, MLE.)

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

<p>Piątek 09.08.2024</p>	<p>Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego</p>	<p>Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna</p>	<p>Dieta bezmleczna (6/ML)</p>	<p>Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)</p>
<p>Śniadanie</p>	<p>Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor b/iskórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(SEL, GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ., SOJ.)</u> Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Paprykarz szczeciński (120 g) <u>(RYB.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u></p>	<p>Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(MLE, GLU ŻYT., GLU JECZ.)</u></p>
<p>II śniadanie</p>	<p>Nektarynka 1 szt. (120 g)</p>	<p>Nektarynka 1 szt. (120 g) Wafle ryżowe (30 g)</p>	<p>Nektarynka 1 szt. (120 g)</p>	<p>Nektarynka 1 szt. (120 g)</p>	<p>Nektarynka 1 szt. (120 g)</p>	<p>Nektarynka 1 szt. (120 g)</p>
<p>Obiad</p>	<p>Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g)</p>	<p>Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna gotowana (80 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g)</p>	<p>Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Miruna gotowana (80 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g)</p>	<p>Brokułowa z ryżem b/mleka (300 ml) <u>(SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(RYB.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g)</p>	<p>Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (150 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g)</p>	<p>Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (150 g) <u>(RYB.)</u> Sos cytrynowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Surówka z kapusty kiszzonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g)</p>

	Kompot owocowy (250 ml)		Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy b/c (250 ml)	Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u>	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u>	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <u>(MLE.)</u>	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Jogurt naturalny 2,5% (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> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 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 z białek z koperkiem (100 g) <u>(JAJ., MLE)</u> 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 jajeczna z koperkiem (100 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 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 jajeczna z koperkiem (120 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Salata zielona (20 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> Pasta jajeczna z koperkiem (120 g) <u>(JAJ.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta jajeczna z koperkiem (b/mleka) (60 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 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 jajeczna z koperkiem (120 g) <u>(JAJ.)</u> Ogórek kiszony (90 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (5 g) <u>(GLU PSZ., SOJ., MLE.)</u>	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (5 g) <u>(GLU PSZ., SOJ., MLE.)</u>	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (5 g), ogórek (15 g) <u>(GLU PSZ., GOR., MLE.)</u>	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (5 g), ogórek (15 g) <u>(GLU PSZ., GOR., MLE.)</u>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Sobota 10.08.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	<p>Platki pszenne na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Twaróg półtłusty (30 g) <u>(MLE.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p> <p>Salatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Platki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 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> Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Platki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 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> Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Platki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Lekkostrawna sałatka jarzynowa b/mleka (100 g) <u>(JAJ, SEL, GOR.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Platki kukurydziane na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Sałata jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Platki kukurydziane na mleku (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ, GOR.)</u> Ser żółty (50 g) <u>(MLE.)</u> Sałata jarzynowa (100 g) <u>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)</p>
II śniadanie	<p>Arbuz (120 g)</p>	<p>Banan (120 g) 1 szt.</p>	<p>Arbuz (120 g) Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u></p>	<p>Arbuz (120 g) Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u></p>	<p>Arbuz (120 g) Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u></p>	<p>Arbuz (120 g) Orzechy włoskie łuskane (30 g) <u>(ORZ.)</u></p>
Obiad	<p>Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchew gotowana (200 g)</p>	<p>Ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchew gotowana (200 g)</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (150 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (150 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u></p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (100 g)</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza pęczak/sypko (200 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Potrawka drobiowa (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi (b/c) (100 g)</p>

	Salatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Salatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Salatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Salatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Salatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	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>
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> Pasztecik drobiowy (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) <u>(SEL.)</u>	Bułka 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> Pasztecik 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)	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> Pasztecik 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)	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> Pasztecik 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) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

<p>Niedziela 11.08.2024</p>	<p>Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</p>	<p>Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna</p>	<p>Dieta bezmleczna (6/ML)</p>	<p>Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)</p>
<p>Sniadanie</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Bułka pszenna duża krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser mozzarella kulki (50 g) (MLE.) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ., GOR.) Pomidor biskorki (90 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) 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)</p>	<p>Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE.) 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)</p>	<p>Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) 1 szt. (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.)</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) 1 szt. (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.)</p>	<p>Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) 1 szt. (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.)</p>
<p>II śniadanie</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Banan (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt. Wafle ryżowe (30 g)</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>
<p>Obiad</p>	<p>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)</p>	<p>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.) Kalafior gotowany (200 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Chudy rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ., JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (150 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)</p>	<p>Chudy rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ., JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (150 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ., SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g)</p>	<p>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)</p>	<p>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)</p>

	Kompot owocowy (250 ml)		Kompot owocowy b/c (250 ml)	Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy b/c (250 ml)
Podwieczorek	Serek waniliowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Serek waniliowy (150 g) <u>(MLE.)</u>	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt. Wafle ryżowe (30 g)	Serek waniliowy (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> Połudwica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Połudwica delikatna (30 g) Sałatka caprese, b/skórki (80 g) <u>(MLE.)</u> 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> Połudwica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) <u>(MLE.)</u> Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Połudwica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) <u>(MLE.)</u> 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) 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)	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> Połudwica delikatna (70 g) Sałatka caprese (150 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Wafle ryżowe (20 g) Hummus (30 g) <u>(SEZ.)</u>	Jabłko pieczone (120 g) 1 szt.	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Hummus (30 g) <u>(SEZ.)</u>	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Hummus (30 g) <u>(SEZ.)</u>	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Hummus (30 g) <u>(SEZ.)</u>	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Hummus (30 g) <u>(SEZ.)</u>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Poniedziałek 12.08.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowa (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 ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (250 ml) (GLU OW, 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 drobiowa z warzywami (60 g) (SEL, MLE, JAJ.) Miód (30 g) Pomidor b/skórki (60 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) (GLU OW, SEL.) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (80 g) (SOJ, GOR.) Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) (GLU OW, SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Szynka drobiowa (80 g) (SOJ, GOR.) Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) (GLU OW, SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Szynka drobiowa (80 g) (SOJ, GOR.) Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (250 ml) (GLU OW, SEL.) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Szynka drobiowa (80 g) (SOJ, GOR.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% ti. (20 g) Szynka drobiowa (80 g) (SOJ, GOR.) Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (250 ml) (GLU OW, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (90 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (60 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (80 g) (SOJ, GOR.) Serek Fromage (40 g) (MLE.) Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (20 g) Banan (120 g) 1 szt. Kawa zbożowa (250 ml) (GLU PSZ, MLE.)
II śniadanie	Jabłko (100 g) 1 szt.	Wafle ryżowe (50 g)	Jabłko (100 g) 1 szt.	Jabłko (100 g) 1 szt.	Jabłko (100 g) 1 szt.	Budyń o smaku czekoladowym (150 ml) (MLE.)
Obiad	Barszcz ukraiński (300 ml) (MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki gotowane (200 g) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) (GLU PSZ, SEL, MLE.) Ziemniaki gotowane (200 g) Buraczki gotowane (100 g)	Barszcz ukraiński (300 ml) (MLE, SEL, GOR.) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) (GLU PSZ, SEL, MLE.) Ziemniaki gotowane (200 g) Buraczki gotowane (100 g)	Barszcz ukraiński (300 ml) (MLE, SEL, GOR.) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) (GLU PSZ, SEL, MLE.) Ziemniaki gotowane (200 g)	Barszcz ukraiński (300 ml) (MLE, SEL, GOR.) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) (GLU PSZ, SEL, MLE.) Ziemniaki gotowane (100 g) Surówka z białej kapusty z olejem (SEL.) (100 g)	Barszcz ukraiński niezabielany (b/mleka) (300 ml) (SEL, GOR.) Ziemniaki gotowane (200 g) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym b/mleka (100 g/50 g) (GLU PSZ, SEL.)	Barszcz ukraiński (300 ml) (MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki gotowane (200 g) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (100 g/50 g) (GLU PSZ, SEL, MLE.) Surówka z białej kapusty z olejem (SEL.) (b/c) (100 g)

	Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU,)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Surówka z białej kapusty z olejem <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)	Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU,)</u> Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z białej kapusty z olejem <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)	Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU,)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Surówka z białej kapusty z olejem <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)	Kisiel owocowy (150 g)	Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU,)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Surówka z białej kapusty z olejem <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)	Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU,)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU,)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) <u>(GLU,)</u> Kompot owocowy (250 ml)	
Podwieczorek	Kisiel owocowy (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	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> Ser żółty (50 g) <u>(MLE,)</u> Ogórek świeży (50 g) Salata zielona (20 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) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) 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> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE,)</u> Ser żółty (50 g) Ogórek świeży (50 g) Salata zielona (20 g) Herbata b/c (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>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, 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: 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.	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: 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: 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: 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: 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: 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: 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.	

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

<p>Wtorek 13.08.2024</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 dieta ubogoenergetyczna</p>	<p>Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)</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> Twarożek z koperkiem (60 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane 1 szt. <u>(JAJ)</u> Ogórek świeży (50 g) <u>(JAJ)</u> Salata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></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> Twarożek z koperkiem (60 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane 2 szt. <u>(JAJ)</u> Ogórek świeży (80 g) <u>(JAJ)</u> Salata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></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> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Twarożek z koperkiem (60 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane 1/2 szt. <u>(JAJ)</u> Ogórek świeży (50 g) <u>(JAJ)</u> Salata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)</p> <p>Arbuz (120 g)</p> <p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JECZ.)</u> Gulasz duszony z topatki wieprzowej (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (b/c) (150 g)</p>
<p>II śniadanie</p>	<p>Arbuz (120 g)</p>	<p>Ciastka biszkoptowe (30 g) <u>(GLU PSZ, JAJ)</u></p>	<p>Arbuz (120 g)</p>	<p>Arbuz (120 g)</p>	<p>Arbuz (120 g)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JECZ.)</u> Gulasz duszony z topatki wieprzowej (160 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchew gotowana puree (150 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)</p>
<p>Obiad</p>	<p>Arbuz (120 g)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JECZ.)</u> Gulasz duszony z topatki wieprzowej (160 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchew gotowana puree (150 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Arbuz (120 g)</p>	<p>Arbuz (120 g)</p>	<p>Arbuz (120 g)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Kasza jęczmienna/sypko (200 g) <u>(GLU JECZ.)</u> Gulasz duszony z topatki wieprzowej (200 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (b/c) (150 g)</p>

	Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi z olejem (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi z olejem (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g) Surówka z marchwi z olejem (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Zółty ser (20 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Zółty ser (20 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)	
Podwieczorek	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Sok pomidorowy (200 ml) Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Sok pomidorowy (200 ml) Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Sok pomidorowy (200 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) Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Sok pomidorowy (200 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) Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Zółty ser (20 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Zółty ser (20 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Zółty ser (20 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Zółty ser (20 g) <u>(MLE)</u> Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Połędwica sopocka (70 g) <u>(SOJ.)</u> Zółty ser (20 g) <u>(MLE)</u> 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	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
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.	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.	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.	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.	E: 2430 kcal; B: 128,54 g; T: 100,57 g; Kw. tł. nasy.: 47,14 g; W: 263,83 g; w tym cukry ogółem: 33,30 g; bł.: 30,49 g; Sól: 11,42 g.

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

<p>Środa 14.08.2024</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 jęczmienną (250 ml) <u>(GLU JECZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszemno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Parówki drobiowe (100 g) <u>(GLU PSZ., SOJ.)</u> Musztarda (5 g) <u>(GOR.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ., MLE.)</u></p>	<p>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/śkórki (100 g) Sałata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p>	<p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JECZ., SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Parówki drobiowe (80 g) <u>(GLU PSZ., SOJ.)</u> Musztarda (5 g) <u>(GOR.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JECZ., SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Parówki drobiowe (80 g) <u>(GLU PSZ., SOJ.)</u> Musztarda (5 g) <u>(GOR.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JECZ., SEL.)</u> Chleb pszemno-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) Parówki drobiowe (100 g) <u>(GLU PSZ., SOJ.)</u> Musztarda (5 g) <u>(GOR.)</u> Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną (250 ml) <u>(GLU JECZ, MLE.)</u> Chleb mieszany pszemno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Parówki drobiowe (120 g) <u>(GLU PSZ., SOJ.)</u> Musztarda (5 g) <u>(GOR.)</u> Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u></p>
<p>II śniadanie</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko pieczone (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt. Sok pomidorowy (200 ml)</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>	<p>Jabłko (120 g) 1 szt.</p>
<p>Obiad</p>	<p>Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Makaron (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> Lekkostrawny sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych z olejem (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Makaron (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> Lekkostrawny sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Bukiet warzyw gotowanych z olejem (150 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Makaron (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> pechoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g)</p>	<p>Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Makaron (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> pechoziarnisty (150 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g)</p>	<p>Zupa z białych warzyw z ziemniakami b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Makaron pechoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g)</p>	<p>Zupa z białych warzyw z ziemniakami (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Makaron pełnoziarnisty (200 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u> Sos boloński z mięsa wieprzowego (150 g) kapusty z olejem (150 g)</p>

	(GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	(GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	(GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	(GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Banan (120 g) 1 szt. Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Budyń śmietankowy (150 g) (MLE.)	Budyń śmietankowy b/c (150 g) (MLE.)	Budyń śmietankowy b/c (150 g) (MLE.)	Budyń owocowy (150 g)	Budyń śmietankowy (150 g) (MLE.)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Paszтет z soczewicy (60 g) (GLU PSZ, SEL, SOJ.) Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Serek zsiarnisty naturalny (150 g) (MLE.) Pomidor b/skórki (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Paszтет z soczewicy (60 g) (GLU PSZ, SEL, SOJ.) Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna 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) Paszтет z soczewicy (100 g) (GLU PSZ, SEL, SOJ.) Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Paszтет z soczewicy (100 g) (GLU PSZ, SEL, SOJ.) Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Ciastka biszkoptowe (50 g) (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Ciastka biszkoptowe (50 g) (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Wafle ryżowe (30 g)	Wafle ryżowe (30 g)	Kanapka z twarożkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), twarożek (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ, MLE.)
Wartości	E: 2095 kcal; B: 71,33 g; T: 67,94 g; Kw. tł. nasy.: 38,40 g; W: 306,56 g; w tym cukry ogółem: 59,68 g; bł.: 35,19 g; Sól: 6,14 g.	E: 2077 kcal; B: 64,90 g; T: 69,96 g; Kw. tł. nasy.: 35,93 g; W: 289,14 g; w tym cukry ogółem: 61,24 g; bł.: 26,54 g; Sól: 6,00 g.	E: 1771 kcal; B: 58,84 g; T: 64,41 g; Kw. tł. nasy.: 32,14 g; W: 248,31 g; w tym cukry ogółem: 48,95 g; bł.: 47,01 g; Sól: 6,54 g.	E: 1940 kcal; B: 58,00 g; T: 52,57 g; Kw. tł. nasy.: 8,09 g; W: 318,53 g; w tym cukry ogółem: 55,86 g; bł.: 46,12 g; Sól: 7,36 g.	E: 2330 kcal; B: 81,47 g; T: 78,01 g; Kw. tł. nasy.: 44,12 g; W: 334,71 g; w tym cukry ogółem: 85,86 g; bł.: 36,52 g; Sól: 7,47 g.

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

Czwartek 15.08.2024	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> 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> Szynka konserwowa (20 g) Pomidor biskórki (60 g) Sałata zielona (10 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Zupa mleczna z makaronem (250 g) <u>(GLU, SEL.)</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 szczyptorciem na maśle (100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Szynka konserwowa (20 g) Pomidor (100 g) Kawa zbożowa (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Makaron pechoziarnisty 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 szczyptorciem na maśle(100 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Szynka konserwowa (10 g) Pomidor (100 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pechoziarnisty na warzywie jarzynowym (250 g) <u>(GLU, SEL.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni <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 szczyptorciem (100 g) <u>(JAJ)</u> Szynka konserwowa (20 g) Pomidor (100 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron (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 szczyptorciem na maśle (150 g) <u>(JAJ, MLE.)</u> Szynka konserwowa (20 g) 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) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana puree(150 g)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka gotowane (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana puree(150 g)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u>	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (130 g) Ryż paraboliczny (100 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u>	Zupa ziemniaczana b/mleka (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 puree(150 g)	Zupa ziemniaczana (300 ml) <u>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</u> Udko z kurczaka pieczone (150 g) Ryż paraboliczny (200 g) Sos potrawkowy (100 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Marchewka gotowana puree(150 g)

	Marchewka gotowana puree (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)	Surówka z marchwi z olejem (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi z olejem (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi z olejem (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)	Marchewka gotowana puree (150 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)	Surówka z marchwi z olejem (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi z olejem (b/c) (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)	
Podwieczorek	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (200 ml) 1 szt.	Serek waniliowy homogenizowany (150 g) (MLE.)	
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ.) Pomidor b/iskórki (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ.) Pomidor b/iskórki (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 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) Ser żółty (50 g) (MLE) Pomidor (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Ser żółty (50 g) (MLE) Pomidor (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna 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) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ.) Ser żółty (50 g) (MLE) Pomidor (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ.) Ser żółty (50 g) (MLE) Pomidor (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 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) Ser żółty (50 g) (MLE) Pomidor (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Ser żółty (50 g) (MLE) Pomidor (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Ser żółty (50 g) (MLE) Pomidor (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Ser żółty (50 g) (MLE) Pomidor (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna 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) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ.) Ser żółty (50 g) (MLE) Pomidor (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ.) Ser żółty (50 g) (MLE) Pomidor (100 g) (MLE) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Kisiel owocowy (200 ml)	Kisiel owocowy (200 ml)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), szynka drobiowa (20 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
Wartości	E: 2403 kcal; B: 107,90 g; T: 94,33 g; Kw. tł. nasy.: 40,02 g; W: 290,29 g; w tym cukry ogółem: 48,08 g; bł.: 26,45 g; Sól: 4,19 g.	E: 2439 kcal; B: 91,53 g; T: 71,08 g; Kw. tł. nasy.: 22,19 g; W: 238,20 g; w tym cukry ogółem: 39,76 g; bł.: 15,25 g; Sól: 5,16 g.	E: 2551 kcal; B: 118,32 g; T: 92,91 g; Kw. tł. nasy.: 38,12 g; W: 324,20 g; w tym cukry ogółem: 36,38 g; bł.: 35,89 g; Sól: 5,26 g.	E: 2205 kcal; B: 107,64 g; T: 86,55 g; Kw. tł. nasy.: 34,75 g; W: 258,66 g; w tym cukry ogółem: 47,93 g; bł.: 36,34 g; Sól: 3,86 g.	E: 2375 kcal; B: 105,44 g; T: 76,24 g; Kw. tł. nasy.: 10,17 g; W: 329,71 g; w tym cukry ogółem: 48,71 g; bł.: 35,89 g; Sól: 4,56 g.	E: 2939 kcal; B: 138,49 g; T: 118,62 g; Kw. tł. nasy.: 47,61 g; W: 339,11 g; w tym cukry ogółem: 64,54 g; bł.: 23,96 g; Sól: 5,33 g.	E: 2939 kcal; B: 138,49 g; T: 118,62 g; Kw. tł. nasy.: 47,61 g; W: 339,11 g; w tym cukry ogółem: 64,54 g; bł.: 23,96 g; Sól: 5,33 g.	E: 2939 kcal; B: 138,49 g; T: 118,62 g; Kw. tł. nasy.: 47,61 g; W: 339,11 g; w tym cukry ogółem: 64,54 g; bł.: 23,96 g; Sól: 5,33 g.	E: 2939 kcal; B: 138,49 g; T: 118,62 g; Kw. tł. nasy.: 47,61 g; W: 339,11 g; w tym cukry ogółem: 64,54 g; bł.: 23,96 g; Sól: 5,33 g.	E: 2939 kcal; B: 138,49 g; T: 118,62 g; Kw. tł. nasy.: 47,61 g; W: 339,11 g; w tym cukry ogółem: 64,54 g; bł.: 23,96 g; Sól: 5,33 g.	E: 2939 kcal; B: 138,49 g; T: 118,62 g; Kw. tł. nasy.: 47,61 g; W: 339,11 g; w tym cukry ogółem: 64,54 g; bł.: 23,96 g; Sól: 5,33 g.	

Ze względu losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Piątek 16.08.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta zołądkowo/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 (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/śkórki (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 (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/śkórki (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 (50 g) <u>(MLE.)</u> Papryka świeża (80 g) <u>(MLE.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Serek kanapkowy śmietankowy (50 g) <u>(MLE.)</u> Papryka świeża (80 g) <u>(MLE.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Herbata czarna b/c (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 (50 g) <u>(MLE.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) <u>(MLE.)</u> Hummus (50 g) <u>(SEZ.)</u> Papryka świeża (80 g) <u>(MLE.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> 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 (50 g) <u>(MLE.)</u> Papryka świeża (80 g) <u>(MLE.)</u> Sałata zielona (20 g) <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>
II śniadanie	Nektarynka (120 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Nektarynka (120 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u>	Nektarynka (120 g) 1 szt.	Nektarynka (120 g) 1 szt.	Nektarynka (120 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <u>(MLE.)</u>
Obiad	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <u>(RYB.)</u>	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <u>(RYB.)</u>	Zupa krupnik jęczmienny b/mleka (350 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) <u>(GLU, RYB, SEL.)</u>	Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) <u>(GLU, RYB, SEL.)</u>

	Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) (<u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u>) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Sos koperkowy (80 ml) (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Warzywa po grecku (200 g) (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>) Kompot owocowy (250 ml)	Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) (<u>RYB</u>) Sos koperkowy (80 ml) (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z kiszzonej kapusty z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) (<u>RYB</u>) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z kiszzonej kapusty z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) (<u>RYB</u>) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z kiszzonej kapusty z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy b/c (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)	Kisiel owocowy (150 ml)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE</u>) Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Pomidor (80 g) (<u>MLE</u>) Sałata zielona (20 g) (<u>MLE</u>) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Masło (82%) (10 g) (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki (100 g) (<u>MLE</u> , <u>JAJ</u>) Pomidor b/skórki (80 g) (<u>JAJ</u>) Sałata zielona (20 g) (<u>MLE</u>) Herbata czarna (250 ml)	Chleb razowy pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Masło 82% (20 g) (<u>MLE</u>) Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Pomidor (80 g) (<u>MLE</u>) Sałata zielona (20 g) (<u>MLE</u>) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Masło 82% (10 g) (<u>MLE</u>) Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Pomidor (80 g) (<u>MLE</u>) Sałata zielona (20 g) (<u>MLE</u>) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (b/mleka) (60 g) (<u>JAJ</u>) Pomidor (80 g) (<u>MLE</u>) Sałata zielona (20 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE</u>) Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Pomidor (80 g) (<u>MLE</u>) Sałata zielona (20 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE</u>) Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Pomidor (80 g) (<u>MLE</u>) Sałata zielona (20 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE</u>) Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Pomidor (80 g) (<u>MLE</u>) Sałata zielona (20 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Chleb graham (50 g) (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE</u>) Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Pomidor (80 g) (<u>MLE</u>) Sałata zielona (20 g) (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Napój mleczny smakowy 200 ml (<u>MLE</u>)	Napój mleczny smakowy 200 ml (<u>MLE</u>)	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) (<u>MLE</u>)	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) (<u>MLE</u>)	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) (<u>MLE</u>)	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) (<u>MLE</u>)	Napój mleczny smakowy 200 ml (<u>MLE</u>)	Napój mleczny smakowy 200 ml (<u>MLE</u>)	Napój mleczny smakowy 200 ml (<u>MLE</u>)
Wartości	E: 2264 kcal; B: 88,80 g; T: 78,21 g; Kw. tł. nasy.: 29,05 g; W: 317,46 g; w tym cukry ogółem: 64,01 g; bł.: 35,60 g; Sól: 7,49 g.	E: 2265 kcal; B: 103,60 g; T: 59,42 g; Kw. tł. nasy.: 26,72 g; W: 343,38 g; w tym cukry ogółem: 90,71 g; bł.: 28,07 g; Sól: 6,21 g.	E: 2040 kcal; B: 94,87 g; T: 67,19 g; Kw. tł. nasy.: 27,54 g; W: 282,14 g; w tym cukry ogółem: 62,72 g; bł.: 39,61 g; Sól: 7,13 g.	E: 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.	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.	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.	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.

<p>Sobota 17.08.2024</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>Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ., MLE.)</u> Chleb mieszaný pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Serek naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ., MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek naturalny (30 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JĘCZ., SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Serek naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) <u>(GLU JĘCZ., SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) <u>(SOJ., GOR.)</u> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ., MLE.)</u> Chleb mieszaný pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <u>(GLU JĘCZ., MLE.)</u> Chleb mieszaný pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Serek naturalny (50 g) <u>(MLE.)</u> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)</p>
<p>II śniadanie</p>	<p>Brzoskwinia (150 g) 1 szt.</p>	<p>Banan (120 g) 1 szt.</p>	<p>Brzoskwinia (150 g) 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) <u>(MLE.)</u></p>	<p>Brzoskwinia (150 g) 1 szt.</p>	<p>Brzoskwinia (150 g) 1 szt.</p>	<p>Brzoskwinia (150 g) 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) <u>(MLE.)</u></p>
<p>Obiad</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (350 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u> Ryż na sypko (200 g) <u>(SEL.)</u> Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) <u>(SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (100 g) <u>(MLE.)</u> Buraczki gotowane (100 g)</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (350 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u> Ryż na sypko (200 g) <u>(SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ., SEL.)</u> Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy (250 ml)</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (250 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u> Ryż na sypko (150 g) <u>(SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ., SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (100 g) <u>(MLE.)</u></p>	<p>Koperkowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) <u>(GLU PSZ., SEL.)</u> Ryż na sypko (150 g) <u>(SEL.)</u> Potrawka drobiowa (180 g) <u>(GLU PSZ., SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem b/mleka (100 g)</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (350 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u> Ryż na sypko (200 g) <u>(SEL.)</u> Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) <u>(SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (100 g) <u>(MLE.)</u> Buraczki gotowane (100 g)</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (350 ml) <u>(GLU PSZ., MLE., SEL.)</u> Ryż na sypko (200 g) <u>(SEL.)</u> Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) <u>(SEL.)</u> Surówka z marchwi z olejem (100 g) <u>(MLE.)</u> Buraczki gotowane (100 g)</p>

	Kompot owocowy (250 ml)	Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU,PSZ, GLU,ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Parówki z szynki (90 g) Ketchup (10 g) (SEL.) Ogórek kiszony (90 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU,PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Lekkostrawna salata z makaronu, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) (GLU,PSZ, SEL.) Pomidor b/skórki (90 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU,PSZ, GLU,ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło 82% (10 g) (MLE) Salatka z makaronu pehnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) (GLU,PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ogórek kiszony (90 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU,PSZ, GLU,ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Salatka z makaronu pehnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) (GLU,PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ogórek kiszony (90 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU,PSZ, GLU,ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Parówki z szynki (90 g) Ketchup (10 g) (SEL.) Ogórek kiszony (90 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU,PSZ, GLU,ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Parówki z szynki (90 g) Ketchup (10 g) (SEL.) Ogórek kiszony (90 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU,PSZ, GLU,ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Parówki z szynki (90 g) Ketchup (10 g) (SEL.) Ogórek kiszony (90 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU,PSZ, GLU,ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU,PSZ, GLU, ŻYT.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Parówki z szynki (90 g) Ketchup (10 g) (SEL.) Ogórek kiszony (90 g) Salata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. (może zawierać MLE.)	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. (może zawierać MLE.)	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. (może zawierać MLE.)	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. (może zawierać MLE.)	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. (może zawierać MLE.)	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. (może zawierać MLE.)	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. (może zawierać MLE.)	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. (może zawierać MLE.)
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: 94,71 g; T: 66,47 g; Kw. tł. nasy.: 21,31 g; W: 383,53 g; w tym cukry ogółem: 106,31 g; bł.: 28,73 g; Sól: 4,79 g.	E: 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: 71,37 g; T: 31,25 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.	E: 2358 kcal; B: 71,37 g; T: 31,25 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.	E: 2358 kcal; B: 71,37 g; T: 31,25 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 względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.