

Piątek 01.11.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <b>(GLU PSZ MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny (50 g) 1 szt. <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <b>(MLE.)</b> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <b>(GLU PSZ MLE.)</b>	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <b>(GLU PSZ MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE.)</b> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <b>(MLE.)</b> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU PSZ SEL.)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE.)</b> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <b>(MLE.)</b> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU PSZ SEL.)</b> Masło 82% (10 g) <b>(MLE.)</b> Chleb razowy graham (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <b>(MLE.)</b> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU PSZ SEL.)</b> Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Hummus (80 g) <b>(SEZ.)</b> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) <b>(GLU PSZ MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny (50 g) 1 szt. <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) <b>(MLE.)</b> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <b>(GLU PSZ MLE.)</b>
II śniadanie	Banan (120 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Kiwi (90 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <b>(MLE.)</b>	Kiwi (90 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt. Kefir 2% tł. (150 ml) <b>(MLE.)</b>
Obiad	Rosół z makaronem (350 ml) <b>(GLU, JAJ, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <b>(RYB.)</b> Sos koperkowy (80 ml) <b>(GLU, MLE, SEL.)</b>	Chudy rosół z makaronem (350 ml) <b>(GLU, JAJ, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <b>(RYB.)</b> Sos koperkowy (80 ml) <b>(GLU, MLE, SEL.)</b>	Rosół z makaronem (350 ml) <b>(GLU, JAJ, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)	Rosół z makaronem (250 ml) <b>(GLU, JAJ, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <b>(RYB.)</b>	Rosół z makaronem (350 ml) <b>(GLU, JAJ, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <b>(RYB.)</b>	Rosół z makaronem (350 ml) <b>(GLU, JAJ, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) <b>(GLU, RYB, SEL.)</b> Warzywa po grecku (200 g) <b>(GLU, SEL.)</b>

	Kotlet z ryby (dorsz) (100 g) <b>(GLU, RYB, SEL.)</b> Warzywa po grecku (200 g) <b>(GLU, SEL.)</b> Kompot owocowy (250 ml)	Warzywa po grecku (200 g) <b>(GLU, SEL.)</b> Kompot owocowy (250 ml)	Filet z ryby gotowany (dorsz) (100 g) <b>(RYB.)</b> Sos koperkowy (80 ml) <b>(GLU, MLE, SEL.)</b> Surówka z kiszonej kapusty z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z kiszonej kapusty z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Warzywa po grecku (200 g) <b>(GLU, SEL.)</b> Kompot owocowy b/c (250 ml)	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 (150 ml)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE.)</b> Pasta z białek z natką pietruszki (100 g) <b>(MLE, JAJ.)</b> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb razowy pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE.)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło 82% (10 g) <b>(MLE.)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (b/mleka) (60 g) <b>(JAJ.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) <b>(JAJ, MLE.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) <b>(MLE.)</b>	Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) <b>(MLE.)</b>	Napój sojowy niesłodzony 200 ml <b>(SOJ.)</b>	Napój mleczny smakowy 200 ml <b>(MLE.)</b>
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.

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

<b>Sobota</b> <b>02.11.2024</b>	Dieta podstawowa <b>(1)</b>	Dieta żołądkowo/wątrobowa <b>(4)</b> łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa <b>(6)</b> z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna <b>(8)</b> dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna <b>(6/ML)</b>	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa <b>(9)</b>
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <b>(GLU JĘCZ, MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Serek naturalny (50 g) <b>(MLE.)</b> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <b>(GLU JĘCZ, MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE.)</b> Serek naturalny (30 g) <b>(MLE.)</b> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU JĘCZ, SEL.)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (10 g) <b>(MLE.)</b> Serek naturalny (50 g) <b>(MLE.)</b> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU JĘCZ, SEL.)</b> Masło 82% (10 g) <b>(MLE.)</b> Chleb razowy graham (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Serek naturalny (50 g) <b>(MLE.)</b> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU JĘCZ, SEL.)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) <b>(GLU JĘCZ, MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE.)</b> Serek naturalny (50 g) <b>(MLE.)</b> Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) <b>(MLE.)</b>	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Pomarańcza (220 g) 1 szt.	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) <b>(MLE.)</b>
Obiad	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ryż na sypko (200 g) Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) <b>(SEL.)</b>	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ryż na sypko (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane (100 g)	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ryż na sypko (brązowy) (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b>	Koperkowa z ziemniakami (250 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ryż na sypko (brązowy) (150 g) Potrawka drobiowa (180 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b>	Koperkowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) <b>(GLU PSZ., SEL.)</b> Ryż na sypko (brązowy) (150 g) Potrawka drobiowa (180 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b>	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ryż na sypko (200 g) Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) <b>(SEL.)</b> Surówka z marchwi z olejem (100 g) <b>(MLE.)</b>

	Surówka z marchwi z olejem (100 g) <b>(MLE,)</b> Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)	Surówka z marchwi z olejem (100 g) <b>(MLE,)</b> Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi z olejem (100 g) <b>(MLE,)</b> Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi z olejem b/mleka (100 g) Brokuł gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</b> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ,)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Lekkostrawna sałatka z makaronu, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Pomidor b/skórki (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (10 g) <b>(MLE)</b> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</b> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</b> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Parówki z szynki (90 g) Ketchup (10 g) <b>(SEL.)</b> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Sałatka z makaronu pełnoziarnistego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</b> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <b>(może zawierać MLE.)</b>	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <b>(może zawierać MLE.)</b>	Kanapka z jajkiem i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</b>	Kanapka z jajkiem i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</b>	Kanapka z jajkiem i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) <b>(GLU PSZ, JAJ.)</b>	Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. <b>(może zawierać MLE.)</b>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 03.11.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Kasza manna na mleku (250 ml) <b><u>(GLU, MLE.)</u></b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b><u>(GLU PSZ)</u></b> Masło (82%) (10 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b><u>(JAJ.)</u></b> Kielbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) <b><u>(MLE, SOJ.)</u></b> Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem (250 ml) <b><u>(GLU, MLE.)</u></b>	Kasza manna na mleku (250 ml) <b><u>(GLU, MLE.)</u></b> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b><u>(GLU PSZ)</u></b> Masło (82%) (10 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b><u>(JAJ.)</u></b> Szynekowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <b><u>(GLU, SEL.)</u></b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Masło 82% (10 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b><u>(JAJ.)</u></b> Szynekowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) <b><u>(GLU, MLE.)</u></b>	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <b><u>(GLU, SEL.)</u></b> Masło 82% (10 g) <b><u>(MLE)</u></b> Chleb razowy graham (100 g) <b><u>(GLU PSZ)</u></b> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b><u>(JAJ.)</u></b> Szynekowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250 ml) <b><u>(GLU, MLE.)</u></b>	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <b><u>(GLU, SEL.)</u></b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b><u>(JAJ.)</u></b> Szynekowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 ml) <b><u>(GLU, MLE.)</u></b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b><u>(GLU PSZ)</u></b> Masło (82%) (10 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b><u>(JAJ.)</u></b> Kielbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) <b><u>(MLE, SOJ.)</u></b> Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Kawa zbożowa (250 ml) <b><u>(GLU PSZ, MLE.)</u></b>
II śniadanie	Jabłko (100 g) 1 szt.	Jabłko pieczone (100 g) 1 szt.	Jabłko (100 g) 1 szt. Kanapka z szynką i sałata: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <b><u>(GLU PSZ, MLE.)</u></b>	Jabłko (100 g) 1 szt.	Jabłko (100 g) 1 szt.	Jabłko (100 g) 1 szt. Kanapka z szynką i sałata: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <b><u>(GLU PSZ, MLE.)</u></b>
Obiad	Solferino (350 ml) <b><u>(GLU, MLE, SEL.)</u></b> Tradycyjny kotlet schabowy (100 g) <b><u>(GLU PSZ, JAJ.)</u></b>	Solferino (350 ml) <b><u>(GLU, MLE, SEL.)</u></b> Pulpet wieprzowy (100 g) <b><u>(GLU PSZ, JAJ.)</u></b>	Solferino (350 ml) <b><u>(GLU, MLE, SEL.)</u></b> Schab pieczony w rękawie (100 g)	Solferino (350 ml) <b><u>(GLU, MLE, SEL.)</u></b> Schab pieczony w rękawie (100 g)	Solferino B/MLEKA (350 ml) <b><u>(GLU, SEL.)</u></b> Schab pieczony w rękawie (100 g)	Solferino (350 ml) <b><u>(GLU, MLE, SEL.)</u></b> Tradycyjny kotlet schabowy (100 g) <b><u>(GLU PSZ, JAJ.)</u></b>

	Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) ( <b><u>SEL.</u></b> ) Surówka wielowarzywna z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Sos własny (80 ml) ( <b><u>GLU PSZ SEL.</u></b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Cukinia pieczona z olejem (100 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Sos własny (80 ml) ( <b><u>GLU PSZ SEL.</u></b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) ( <b><u>SEL.</u></b> ) Surówka wielowarzywna z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) ( <b><u>SEL.</u></b> ) Surówka wielowarzywna z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Sos własny (80 ml) ( <b><u>GLU PSZ SEL.</u></b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) ( <b><u>SEL.</u></b> ) Surówka wielowarzywna z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (100 g) ( <b><u>SEL.</u></b> ) Surówka wielowarzywna z olejem (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Bułka mlecza (40 g) 1 szt. ( <b><u>GLU PSZ MLE, JAJ.</u></b> )	Bułka mlecza (40 g) 1 szt. ( <b><u>GLU PSZ MLE, JAJ.</u></b> )	Salatka z brokuła, kalafiora, oleju i koperku (100 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Bułka mlecza (40 g) 1 szt. ( <b><u>GLU PSZ MLE, JAJ.</u></b> )
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) ( <b><u>GLU PSZ GLU ŻYT.</u></b> ) Chleb graham (50 g) ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Masło (82%) (10 g) ( <b><u>MLE</u></b> ) Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) ( <b><u>MLE.</u></b> ) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Masło (82%) (10 g) ( <b><u>MLE</u></b> ) Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) ( <b><u>MLE.</u></b> ) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Chleb graham (50 g) ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Masło 82% (10 g) ( <b><u>MLE</u></b> ) Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) ( <b><u>MLE.</u></b> ) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Masło 82% (10 g) ( <b><u>MLE</u></b> ) Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) ( <b><u>MLE.</u></b> ) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Chleb graham (50 g) ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Masło (82%) (10 g) ( <b><u>MLE</u></b> ) Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) ( <b><u>MLE.</u></b> ) Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Chleb graham (50 g) ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Masło (82%) (10 g) ( <b><u>MLE</u></b> ) Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ( <b><u>SOJ.</u></b> ) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) ( <b><u>MLE.</u></b> ) 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)

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Poniedziałek 04.11.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Kasza manna na mleku (250 g) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Ser fromage (50 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa z kurczaka (20 g) <b>(MLE.)</b> Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 g) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Ser fromage (50 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa z kurczaka (20 g) Pomidor b/skórki (100 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU PSZ)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Ser fromage (50 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa z kurczaka (20 g) <b>(MLE.)</b> Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU PSZ)</b> Masło 82% (15 g) <b>(MLE)</b> Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Ser fromage (50 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa z kurczaka (20 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU PSZ, SOJ.)</b> Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa z kurczaka (50 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Ser fromage (70 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa z kurczaka (40 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Śliwka 2 szt.	Banan 1 szt.	Śliwka 2 szt. Wafle ryżowe (30 g)	Śliwka 2 szt.	Śliwka 2 szt.	Śliwka 2 szt.
Obiad	Zupa dyniowa (300 ml) (dynia, bulion mięsny, seler, pomidor, ziemniaki, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, kurkuma, bazylia, śmietana 12%) <b>(MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (200 g) <b>(GLU)</b>	Zupa dyniowa (300 ml) (dynia, bulion mięsny, seler, pomidor, ziemniaki, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, kurkuma, bazylia, śmietana 12%) <b>(MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (200 g) <b>(GLU)</b>	Zupa dyniowa (300 ml) (dynia, bulion mięsny, seler, pomidor, ziemniaki, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, kurkuma, bazylia, śmietana 12%) <b>(MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana (200 g) <b>(GLU)</b>	Zupa dyniowa (300 ml) (dynia, bulion mięsny, seler, pomidor, ziemniaki, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, kurkuma, bazylia, śmietana 12%) <b>(MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana (150 g) <b>(GLU)</b>	Zupa dyniowa b/mleka (300 ml) (dynia, bulion mięsny, seler, pomidor, ziemniaki, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, kurkuma, bazylia) <b>(SEL.)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (200 g) <b>(GLU)</b> Klopsik drobiowy duszony w sosie z	Zupa dyniowa (300 ml) (dynia, bulion mięsny, seler, pomidor, ziemniaki, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, kurkuma, bazylia, śmietana 12%) <b>(MLE, SEL.)</b> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (200 g) <b>(GLU)</b>

	Klopsik drobiowy duszony w sosie z cukinią 150g <b>(GLU, MLE.)</b> Surówka z białej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Klopsik drobiowy duszony w sosie z cukinią 100g <b>(GLU, MLE.)</b> Buraczki gotowane (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Klopsik drobiowy duszony w sosie z cukinią 150g <b>(GLU, MLE.)</b> Surówka z białej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Klopsik drobiowy duszony w sosie z cukinią 150g <b>(GLU, MLE.)</b> Surówka z białej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	cukinią b/mleka 150g <b>(GLU.)</b> Surówka z białej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Klopsik drobiowy duszony w sosie z cukinią 200g <b>(GLU, MLE.)</b> Surówka z białej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Serek homogenizowany (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Serek homogenizowany (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Serek homogenizowany naturalny (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Serek homogenizowany naturalny (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Wafle ryżowe (50 g)	Serek homogenizowany (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b>(JAJ.)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ.)</b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b>(JAJ.)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ.)</b> Pomidor b/skórki (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE.)</b> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b>(JAJ.)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ.)</b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b>(JAJ.)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ.)</b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b>(JAJ.)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ.)</b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Jajko gotowane (100 g) 2 szt. <b>(JAJ.)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ.)</b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	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) <b>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</b>	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	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) <b>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</b>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.



Wtorek 05.11.2024	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	Płatki jaglane na mleku (300 ml) <b>(MLE.)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Ser żółty (30 g) <b>(MLE.)</b> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (300 ml) <b>(MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Serek homo. naturalny (50 g) <b>(MLE.)</b> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU.)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE.)</b> Ser żółty (30 g) <b>(MLE.)</b> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <b>(MLE.)</b> Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Ser żółty (30 g) <b>(MLE.)</b> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU.)</b> Bułka grahamka (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka delikatesowa z kurcząt (60 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (300 ml) <b>(MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Ser żółty (50 g) <b>(MLE.)</b> Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	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. <b>(MLE.)</b>	Jabłko 1 szt. (150 g)	Jabłko 1 szt. (150 g)	Jabłko 1 szt. (150 g)
Obiad	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <b>(MLE, SEL.,)</b> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <b>(MLE, SEL.,)</b> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <b>(MLE, SEL.,)</b> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <b>(MLE, SEL.,)</b> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Medalion z indyka gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <b>(SEL.,)</b> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) <b>(MLE, SEL.,)</b> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (150 g) Sos jarzynowy (100 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)

	Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)	Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi b/c (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczerek (podawany wraz z obiadem)	Serek wiejski owocowy (150 g) <b><u>(MLE)</u></b>	Serek wiejski owocowy (150 g) <b><u>(MLE)</u></b>	Sok pomidorowy (200 ml)	Sok pomidorowy (200 ml)	Sok pomidorowy (200 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) <b><u>(MLE)</u></b>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (30 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Masło (82%) (20 g) <b><u>(MLE)</u></b> Gulaszowa z mięsem drobiowym (200 ml) <b><u>(GLU PSZ SEL.)</u></b> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b><u>(GLU PSZ.)</u></b> Masło (82%) (10 g) <b><u>(MLE)</u></b> Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <b><u>(GLU PSZ SEL.)</u></b> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Masło 82% (20 g) <b><u>(MLE)</u></b> Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <b><u>(GLU PSZ SEL.)</u></b> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <b><u>(GLU PSZ.)</u></b> Masło 82% (20 g) <b><u>(MLE)</u></b> Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <b><u>(GLU PSZ SEL.)</u></b> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <b><u>(GLU PSZ SEL.)</u></b> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Masło (82%) (20 g) <b><u>(MLE)</u></b> Gulaszowa z mięsem drobiowym (200 ml) <b><u>(GLU PSZ SEL.)</u></b> Szynka drobiowa (50 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. <b><u>(MLE.)</u></b>	Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. <b><u>(MLE.)</u></b>	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) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u></b>	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) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u></b>	Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, GOR.)</u></b>	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) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u></b>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Środa 06.11.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Kasza manna na mleku (250 g) <b>(GLU, MLE.)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 g) <b>(GLU, MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <b>(MLE.)</b> Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU.)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <b>(MLE.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE.)</b> Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. <b>(MLE.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU.)</b> Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 g) <b>(GLU, MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)	Banan 1 szt. (120 g)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)  Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), sałata (5 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</b>	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)	Brzoskwinia 1 szt. (120 g)

Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z makaronem (300 ml) <b>(MLE, SEL, GLU PSZ)</b> Kluski śląskie (150 g) <b>(JAJ.)</b> Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <b>(GLU, SEL.)</b> (100 g/80 g) Surówka z selera i marchwi z olejem (100 g) <b>(SEL.)</b> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami (300 ml) <b>(MLE, SEL, GLU PSZ)</b> Kluski śląskie (150 g) <b>(JAJ.)</b> Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <b>(GLU, SEL.)</b> (100 g/80 g) Seler z pietruszką gotowany z olejem b/c (100 g) <b>(SEL.)</b> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Barszcz czerwony zabieleny z makaronem b/c (300 ml) <b>(MLE, SEL, GLU PSZ)</b> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <b>(GLU, SEL.)</b> (100 g/80 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <b>(SEL.)</b> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Barszcz czerwony zabieleny z makaronem b/c (200 ml) <b>(MLE, SEL, GLU PSZ)</b> Ziemniaki z koperkiem (150 g) Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <b>(GLU, SEL.)</b> (100 g/80 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <b>(SEL.)</b> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami b/mleka (300 ml) <b>(GLU PSZ SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem (200 g) Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <b>(GLU, SEL.)</b> (100 g/80 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <b>(SEL.)</b> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Barszcz czerwony zabieleny z makaronem (300 ml) <b>(MLE, SEL, GLU PSZ)</b> Kluski śląskie (150 g) <b>(JAJ.)</b> Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym <b>(GLU, SEL.)</b> (120 g/90 g) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) <b>(SEL.)</b> Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Kisiel o smaku cytrynowym (150 ml)	Budyń śmietankowy (150 g) <b>(MLE.)</b>	Kisiel o smaku cytrynowym b/c (150 ml)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c (150 ml)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c (150 ml)	Budyń śmietankowy (150 g) <b>(MLE.)</b>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Kiełbasa śląska wieprzowa z cebulką (80 g) Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. <b>(GOR.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Pasta mięsno-warzywna, z mięsem drobiowym (100 g) <b>(SEL.)</b> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta mięsno-warzywna, z mięsem drobiowym (100 g) <b>(SEL.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta mięsno-warzywna, z mięsem drobiowym (100 g) <b>(SEL.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Kiełbasa śląska wieprzowa z cebulką (80 g) Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. <b>(GOR.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Kiełbasa śląska wieprzowa z cebulką (80 g) Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. <b>(GOR.)</b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Wafle ryżowe (50 g)	Banan (120 g) 1 szt.	Kanapka z jajkiem i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g),	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z jajkiem i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko

			jajko (25 g), sałata (5 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE.)</b>			(25 g), sałata (5 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE.)</b>
--	--	--	---	--	--	---

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

<b>Czwartek 07.11.2024</b>	Dieta podstawowa <b>(1)</b>	Dieta żołądkowo/wątrobową <b>(4)</b> łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa <b>(6)</b> z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna <b>(8)</b> dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna <b>(6/ML)</b>	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa <b>(9)</b>
Śniadanie	Makaron na mleku (250 g) <b>(GLU PSZ MLE.)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) <b>(RYB, SEL.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron na mleku (250 g) <b>(GLU PSZ MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami (100 g) <b>(RYB, SEL.)</b> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU PSZ)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) <b>(RYB, SEL.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU PSZ)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ)</b> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) <b>(RYB, SEL.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) <b>(SEL, GLU PSZ)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) <b>(RYB, SEL.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Makaron na mleku (250 g) <b>(GLU PSZ MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Pasta z makreli wędzonej z warzywami (120 g) <b>(RYB, SEL.)</b> Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Deser mleczny (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Deser mleczny (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	Deser mleczny (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>

Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Sałatka szwedzka z olejem (100 g) <b>(GOR.)</b> Buraczki gotowane drobno tarte (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) <b>(GOR.)</b> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) <b>(GOR.)</b> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa koperkowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) <b>(GLU, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z indyka pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) <b>(GOR.)</b> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet z indyka pieczony (150 g) Sos ziołowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Sałatka szwedzka z olejem b/c (100 g) <b>(GOR.)</b> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	Ciastka Petit Beuree (50 g) <b>(GLU PSZ, MLE)</b>	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	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z jabłkiem b/c (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z jabłkiem b/c (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) <b>(MLE, SO2)</b> Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) <b>(MLE, SO2)</b> Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Ćwikła z jabłkiem b/c (80 g) Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Schab wieprzowy, wędzony, parzony (80 g) Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) <b>(MLE, SO2)</b> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Jabłko (120 g) 1 szt.	Deser mleczny (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g),	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g),	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g),	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g),

			masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <b><u>(GLU PSZ SOJ, MLE.)</u></b>	masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <b><u>(GLU PSZ SOJ, MLE.)</u></b>	margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <b><u>(GLU PSZ, SOJ.)</u></b>	masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <b><u>(GLU PSZ SOJ, MLE.)</u></b>
--	--	--	--	--	---	--

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

<b>Piątek 08.11.2024</b>	Dieta podstawowa <b>(1)</b>	Dieta żołądkowo/wątrobową <b>(4)</b> łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa <b>(6)</b> z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna <b>(8)</b> dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna <b>(6/ML)</b>	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa <b>(9)</b>
Sniadanie	Kasza manna na mleku (250 g) <b><u>(GLU PSZ, MLE.)</u></b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b><u>(GLU PSZ)</u></b> Masło (82%) (20 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 g) <b><u>(GLU PSZ, MLE.)</u></b> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b><u>(GLU PSZ.)</u></b> Masło (82%) (20 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <b><u>(MLE.)</u></b> 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) <b><u>(SEL, GLU PSZ.)</u></b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Masło 82% (20 g) <b><u>(MLE)</u></b> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <b><u>(SEL, GLU PSZ.)</u></b> Masło 82% (20 g) <b><u>(MLE)</u></b> Chleb razowy graham (90 g) <b><u>(GLU PSZ.)</u></b> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) <b><u>(GLU PSZ, SOJ.)</u></b> Chleb pszenno-żytni (70 g) <b><u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (50 g) <b><u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Paprykarz szczeciński (120 g) <b><u>(RYB.)</u></b> Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 ml) <b><u>(GLU PSZ, MLE.)</u></b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b><u>(GLU PSZ.)</u></b> Masło (82%) (20 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Śliwka 2 szt.	Banan 1 szt.	Śliwka 2 szt. Wafle ryżowe (30 g)	Śliwka 2 szt.	Śliwka 2 szt.	Śliwka 2 szt.
Obiad	Brokułowa z ryżem (300 ml) <b><u>(MLE, SEL.)</u></b>	Brokułowa z ryżem (300 ml) <b><u>(MLE, SEL.)</u></b>	Brokułowa z ryżem (300 ml) <b><u>(MLE, SEL.)</u></b>	Brokułowa z ryżem (300 ml) <b><u>(MLE, SEL.)</u></b>	Brokułowa z ryżem b/mleka (300 ml) <b><u>(SEL.)</u></b>	Brokułowa z ryżem (300 ml) <b><u>(MLE, SEL.)</u></b>

	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <b>(RYB.)</b> Sos cytrynowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna gotowana (100 g) <b>(RYB.)</b> Sos pietruszkowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Marchew gotowana (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <b>(RYB.)</b> Sos cytrynowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (150 g) Miruna gotowana (80 g) <b>(RYB.)</b> Sos cytrynowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) <b>(RYB.)</b> Sos cytrynowy b/mleka (80 ml) <b>(GLU PSZ)</b> Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (150 g) <b>(RYB.)</b> Sos cytrynowy (80 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <b>(MLE.)</b>	Banan 1 szt. (120 g)	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <b>(MLE.)</b>	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <b>(MLE.)</b>	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) <b>(MLE.)</b>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <b>(JAJ.)</b> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Pasta z białek z koperkiem (100 g) <b>(JAJ, MLE)</b> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <b>(JAJ.)</b> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) <b>(JAJ.)</b> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta jajeczna z koperkiem (b/mleka) (60 g) <b>(JAJ.)</b> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta jajeczna z koperkiem (120 g) <b>(JAJ.)</b> Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	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) <b>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</b>	Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	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) <b>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</b>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.



<b>Sobota</b> <b>09.11.2024</b>	Dieta podstawowa <b>(1)</b>	Dieta żołądkowo/wątrobowa <b>(4)</b> łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa <b>(6)</b> z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna <b>(8)</b> dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna <b>(6/ML)</b>	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa <b>(9)</b>
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku (250 g) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa (30 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Ser żółty (30 g) <b>(MLE.)</b> Sałatka jarzynowa (100 g) <b>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</b> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki pszenne na mleku (250 g) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa (30 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Twaróg półtłusty (30 g) <b>(MLE.)</b> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <b>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</b> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU PSZ)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Szynka drobiowa (60 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <b>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</b> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU PSZ)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ)</b> Szynka drobiowa (60 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) <b>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</b> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) <b>(GLU PSZ)</b> Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Lekkostrawna sałatka jarzynowa b/mleka (100 g) <b>(JAJ, SEL, GOR.)</b> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (250 ml) <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <b>(GLU PSZ)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE.)</b> Szynka drobiowa (50 g) <b>(SOJ, GOR.)</b> Ser żółty (50 g) <b>(MLE.)</b> Sałatka jarzynowa (100 g) <b>(JAJ, MLE, SEL, GOR.)</b> Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Budyń śmietankowy (150 g) <b>(MLE.)</b>	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <b>(ORZ.)</b>	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <b>(ORZ.)</b>	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) <b>(ORZ.)</b>
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza pęczak/sypko (200 g) <b>(GLU PSZ)</b> Potrawka drobiowa (180 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Potrawka drobiowa (180 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b>	Ziemniaczana (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza pęczak/sypko (200 g) <b>(GLU PSZ)</b> Potrawka drobiowa (180 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Marchew gotowana (200 g)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza pęczak/sypko (200 g) <b>(GLU PSZ)</b> Potrawka drobiowa (180 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b>	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza pęczak/sypko (150 g) <b>(GLU PSZ)</b> Potrawka drobiowa (150 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b>	Ogórkowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Kasza pęczak/sypko (200 g) <b>(GLU PSZ)</b> Potrawka drobiowa (180 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b>	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Kasza pęczak/sypko (200 g) <b>(GLU PSZ)</b> Potrawka drobiowa (200 g) <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g)

	Salatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	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)	Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Serek naturalny (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Serek naturalny (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>	Kisiel owocowy (150 ml)	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. <b>(MLE.)</b>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Paszтет drobiowy (50 g) <b>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</b> Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło (82%) (10 g) <b>(MLE)</b> Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) <b>(SEL.)</b> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) <b>(SEL.)</b> Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <b>(GLU PSZ.)</b> Masło 82% (20 g) <b>(MLE)</b> Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) <b>(SEL.)</b> Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (50 g) <b>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) <b>(SEL.)</b> Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb graham (30 g) <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Masło (82%) (20 g) <b>(MLE)</b> Paszтет drobiowy (50 g) <b>(GLU PSZ, JAJ, SEL.)</b> Szynka drobiowa (50 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Napój sojowy (250 ml) <b>(SOJ.)</b>	Napój sojowy (250 ml) <b>(SOJ.)</b>	Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>	Napój sojowy (250 ml) <b>(SOJ.)</b>	Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) <b>(GLU PSZ, SOJ.)</b>	Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 10.11.2024	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo pryswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (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 (30 g) (SOJ, GOR.) Ser żółty (30 g) (MLE.) Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Zupa mleczna z ryżem (250 ml) (MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser mozzarella kulki (50 g) (MLE.) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR.) Pomidor b/skórki (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	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) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	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) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	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) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Jabłko (120 g) 1 szt.	Banan (120 g) 1 szt.	Jabłko (120 g) 1 szt. Wafle ryżowe (30 g)	Jabłko (120 g) 1 szt.	Jabłko (120 g) 1 szt.	Jabłko (120 g) 1 szt.
Obiad	Rosół z makaronem (300 ml) (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)	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)	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)	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.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g)	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)	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)		Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt. Wafle ryżowe (30 g)	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (30 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Masło (82%) (20 g) <b><u>(MLE)</u></b> Polędwica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <b><u>(GLU PSZ)</u></b> Masło (82%) (10 g) <b><u>(MLE)</u></b> Polędwica delikatna (30 g) Sałatka caprese, b/skórki (80 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (50 g) <b><u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></b> Masło 82% (20 g) <b><u>(MLE)</u></b> Polędwica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <b><u>(GLU PSZ.)</u></b> Masło 82% (20 g) <b><u>(MLE)</u></b> Polędwica delikatna (30 g) Sałatka caprese (150 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (50 g) <b><u>(GLU PSZ., GLU ŻYT.)</u></b> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <b><u>(JAJ.)</u></b> Szynka drobiowa (50 g) <b><u>(SOJ.)</u></b> Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Chleb graham (50 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Masło (82%) (20 g) <b><u>(MLE)</u></b> Polędwica delikatna (70 g) Sałatka caprese (150 g) <b><u>(MLE.)</u></b> Herbata czarna (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Wafle ryżowe (20 g) Hummus (30 g) <b><u>(SEZ)</u></b>	Jabłko pieczone (120 g) 1 szt.	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Hummus (30 g) <b><u>(SEZ)</u></b>	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Hummus (30 g) <b><u>(SEZ)</u></b>	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Hummus (30 g) <b><u>(SEZ)</u></b>	Chleb razowy żytnio-pszenny (25 g) <b><u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u></b> Hummus (30 g) <b><u>(SEZ)</u></b>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.