

Sobota 11.01.2025	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	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) (GLU JĘCZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Serek naturalny (50 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) (GLU JĘCZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Serek naturalny (30 g) (MLE.) 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) (GLU JĘCZ, SEL.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (10 g) (MLE.) Serek naturalny (50 g) (MLE.) 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) (GLU JĘCZ, SEL.) Masło 82% (10 g) (MLE.) Chleb razowy graham (100 g) (GLU PSZ.) Serek naturalny (50 g) (MLE.) 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) (GLU JĘCZ, SEL.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR.) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (250 ml) (GLU JĘCZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Serek naturalny (50 g) (MLE.) Szynka wędzona wieprzowa (30 g) 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) (MLE.)	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Pomarańcza (220 g) 1 szt.	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) (MLE.)
Obiad	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (200 g) Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) (SEL.)	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane (100 g)	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) (200 g) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU PSZ, SEL.)	Koperkowa z ziemniakami (250 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) (150 g) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU PSZ, SEL.)	Koperkowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) (GLU PSZ., SEL.) Ryż na sypko (brązowy) (150 g) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU PSZ, SEL.)	Koperkowa z ziemniakami (350 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (200 g) Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) (SEL.) Surówka z marchwi z olejem (100 g) (MLE.)

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

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 12.01.2025	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) <u>(GLU, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Kielbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) <u>(MLE, SOJ.)</u> Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU, SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU, SEL.)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE)</u> Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) <u>(GLU, SEL.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynkowa kielbasa drobiowa (30 g) Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 ml) <u>(GLU, MLE.)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Kielbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) <u>(MLE, SOJ.)</u> Pomidorki koktajlowe (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
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) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>	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) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u>
Obiad	Solferino (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Tradycyjny kotlet schabowy (100 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u>	Solferino (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Schab gotowany (100 g) Sos własny (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u>	Solferino (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Schab gotowany (100 g)	Solferino (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Schab gotowany (100 g)	Solferino B/MLEKA (350 ml) <u>(GLU, SEL.)</u> Schab gotowany (100 g)	Solferino (350 ml) <u>(GLU, MLE, SEL.)</u> Tradycyjny kotlet schabowy (100 g) <u>(GLU PSZ, JAJ.)</u>

	Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Kapusta zasmażana (200 g) <u>(GLU PSZ)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Sos własny (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Surówka wielowarzywna z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Sos własny (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Surówka wielowarzywna z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Sos własny (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Surówka wielowarzywna z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Schab gotowany (100 g) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Bukiet warzyw gotowany z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek	Bułka mlecza (40 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</u>	Bułka mlecza (40 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</u>	Salátka z brokuła, kalafiora, oleju i koperku (100 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Wafle ryżowe (50 g)	Bułka mlecza (40 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ, MLE, JAJ.)</u>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Serek homogenizowany z ziołami (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata (20 g) Herbata czarna (250 ml) Serek homogenizowany z ziołami (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Serek homogenizowany z ziołami (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor b/skórki (80 g) Sałata (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% (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Serek homogenizowany z ziołami (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Sałata (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (100 g) <u>(GLU PSZ)</u> Masło 82% (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Serek homogenizowany z ziołami (50 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Sałata (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%) (10 g) <u>(MLE)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka wieprzowa wędzona (80 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor (80 g) Sałata (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%) (10 g) <u>(MLE)</u> Szynka wieprzowa wędzona (30 g) <u>(SOJ.)</u> Serek homogenizowany z ziołami (50 g) <u>(MLE.)</u> 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 13.01.2025	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) (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser fromage (50 g) (MLE.) Szynka drobiowa z kurczaka (20 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 g) (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser fromage (50 g) (MLE.) Szynka drobiowa z kurczaka (20 g) Pomidor b/skórki (100 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU PSZ) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Ser fromage (50 g) (MLE.) 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 ml) (SEL, GLU PSZ) Masło 82% (15 g) (MLE) Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Ser fromage (50 g) (MLE.) 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) (GLU PSZ, SOJ.) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa z kurczaka (50 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 ml) (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser fromage (70 g) (MLE.) Szynka drobiowa z kurczaka (40 g) Ogórek świeży (50 g) Pomidor (50 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Mandarynka 2 szt.	Banan 1 szt.	Mandarynka 2 szt. Wafle ryżowe (30 g)	Mandarynka 2 szt.	Mandarynka 2 szt.	Mandarynka 2 szt.
Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem (300 g) (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy (100 g) (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g)	Zupa dyniowa (300 ml) (dynia, bulion mięsny, seler, pomidor, ziemniaki, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, kurkuma, bazylija, śmietana 12%) (MLE, SEL.) Makaron drobny (200 g) (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (100 g) Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.)	Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty (200 g) (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (100 g) Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.)	Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty (150 g) (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (100 g) Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.)	Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty (150 g) (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (100 g) Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.)	Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem (400 g) (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy (150 g) (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g)

	Kompot owocowy (250 ml)	Sos ziołowy (80 ml) <u>(GLU PSZ, SEL.)</u> Bukiet jarzyn gotowany z olejem (200 g) <u>(SEL.)</u> Kompot owocowy (250 ml)	Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Serek homogenizowany (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Serek homogenizowany naturalny (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Wafle ryżowe (50 g)	Serek homogenizowany (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Pomidor b/skórki (50 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE.)</u> Jajko gotowane (50 g) 1 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> Ogórek kiszony (50 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ, MLE)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> 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> 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> Jajko gotowane (100 g) 2 szt. <u>(JAJ.)</u> Szynka drobiowa (50 g) <u>(SOJ.)</u> 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) <u>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</u>	Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (25 g), ogórek (15 g) <u>(GLU PSZ, GOR, MLE.)</u>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Wtorek 14.01.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (300 ml) (MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser żółty (30 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (300 ml) (MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Serek homo. naturalny (50 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Ser żółty (30 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Ser żółty (30 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU.) Bułka grahamka (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) 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) (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Ser żółty (50 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) 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. (MLE.)	Jabłko 1 szt. (150 g)	Jabłko 1 szt. (150 g)	Jabłko 1 szt. (150 g)
Obiad	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) (MLE, SEL.,) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) (MLE, SEL.,) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 g) (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) (MLE, SEL.,) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) (MLE, SEL.,) Ziemniaki z koperkiem (150 g) Medalion z indyka gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 g) (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) (SEL.,) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (100 g) Sos jarzynowy (80 g) (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)	Kalafiorowa z ryżem (300 ml) (MLE, SEL.,) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Medalion z indyka pieczony (150 g) Sos jarzynowy (100 g) (GLU PSZ, SEL.) 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)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Serek wiejski owocowy (150 g) <u>(MLE)</u>	Serek wiejski owocowy (150 g) <u>(MLE)</u>	Sok pomidorowy (200 ml)	Sok pomidorowy (200 ml)	Sok pomidorowy (200 ml)	Serek wiejski owocowy (150 g) <u>(MLE)</u>
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (30 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Gulaszowa z mięsem drobiowym (200 ml) <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło (82%) (10 g) <u>(MLE)</u> Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) <u>(GLU PSZ.)</u> Masło 82% (20 g) <u>(MLE)</u> Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Szynka drobiowa (30 g) Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Chleb graham (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE)</u> Gulaszowa z mięsem drobiowym (200 ml) <u>(GLU PSZ SEL.)</u> 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. <u>(MLE.)</u>	Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. <u>(MLE.)</u>	Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u>	Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u>	Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, GOR.)</u>	Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)</u>

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Środa 15.01.2025	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) (GLU, MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) (SOJ, GOR.) Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. (MLE.) Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 g) (GLU, MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) (SOJ, GOR.) Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. (MLE.) Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) (SOJ, GOR.) Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. (MLE.) Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Szynka delikatesowa z kurcząt (30 g) (SOJ, GOR.) Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy (30 g) Hohland 1 szt. (MLE.) Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL, GLU.) Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ, GOR.) Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna na mleku (250 g) (GLU, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka delikatesowa z kurcząt (50 g) (SOJ, GOR.) Ser topiony trójkąt (17,5 g) 1 szt. (MLE.) Ogórek świeży (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Pomarańcza 1 szt. (120 g)	Banan 1 szt. (120 g)	Pomarańcza 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) (GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)	Pomarańcza 1 szt. (120 g)	Pomarańcza 1 szt. (120 g)	Pomarańcza 1 szt. (120 g)

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

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

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Czwartek 16.01.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)
Śniadanie	Makaron na mleku (250 g) (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszena (50 g) 1 szt. (<u>GLU PSZ.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 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>) 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>) 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 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>) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) 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 na mleku (250 g) (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszena (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 (podawane wraz ze śniadaniem)	Kiwi (1 szt.) (90 g)	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	Pieczarkowa z makaronem (300 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka z olejem (100 g) (GOR.) Buraczki gotowane drobno tarte (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Zupa grysikowa (300 ml) (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) Sos ziołowy (80 ml) (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem (100 g) Buraczki gotowane drobno tarte (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Pieczarkowa z makaronem (300 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) 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)	Pieczarkowa z makaronem (300 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) 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)	Zupa grysikowa (300 ml) (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (100 g) 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)	Pieczarkowa z makaronem (300 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g) Filet drobiowy pieczony (150 g) 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 (podawany wraz z obiadem)	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego (150 g)	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)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 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 czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ) Masło (82%) (10 g) (MLE) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z jabłkiem b/c (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) 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 razowy graham (90 g) (GLU PSZ) 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.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Schab wieprzowy, wędzony, parzony (60 g) Cwikła z jabłkiem b/c (80 g) Pomidor (100 g) 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) 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 (podawany wraz z kolacją)	Jabłko (120 g) 1 szt.	Deser mleczny (150 g) 1 szt. (MLE.)	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) <u>(GLU PSZ SOJ, MLE.)</u>	masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ SOJ, MLE.)</u>	margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ, SOJ.)</u>	masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) <u>(GLU PSZ SOJ, MLE.)</u>
--	--	--	--	--	---	--

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Piątek 17.01.2025	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)
Sniadanie	Kasza manna na mleku (250 g) <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Chleb pszenno-żytni (50 g) <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. <u>(GLU PSZ)</u> Masło (82%) (20 g) <u>(MLE.)</u> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Dżem (25 g) 1 szt. Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	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/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Kasza manna 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> Ser wiejski ziarnisty (200 g) <u>(MLE.)</u> Pomidor (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	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)	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 (250 ml)	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) Herbata czarna (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Mandarynka 2 szt.	Banan 1 szt.	Mandarynka 2 szt. Wafle ryżowe (30 g)	Mandarynka 2 szt.	Mandarynka 2 szt.	Mandarynka 2 szt.
Obiad	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u>	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u>	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u>	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u>	Brokułowa z ryżem b/mleka (300 ml) <u>(SEL.)</u>	Brokułowa z ryżem (300 ml) <u>(MLE, SEL.)</u>

	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) (RYB.) Sos cytrynowy (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna gotowana (100 g) (RYB.) Sos pietruszkowy (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana (100 g) Szpinak gotowany (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) (RYB.) Sos cytrynowy (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (150 g) Miruna gotowana (80 g) (RYB.) Sos cytrynowy (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (100 g) (RYB.) Sos cytrynowy b/mleka (80 ml) (GLU PSZ) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ziemniaki z koperkiem (200 g) Miruna pieczona (150 g) (RYB.) Sos cytrynowy (80 ml) (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (200 g) Kompot owocowy (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) (MLE.)	Banan 1 szt. (120 g)	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) (MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% (150 g) (MLE.)	Mus owocowo-warzywny (100 g) produkt pasteryzowany	Jogurt naturalny 2,5% (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) Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) (JAJ.) Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ) Masło (82%) (10 g) (MLE) Pasta z białek z koperkiem (100 g) (JAJ, MLE) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) (JAJ.) Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ) Masło 82% (20 g) (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem (100 g) (JAJ.) Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta jajeczna z koperkiem (b/mleka) (60 g) (JAJ.) Ogórek kiszony (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem (120 g) (JAJ.) 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) (GLU PSZ, GOR, MLE.)	Kanapka z szynką i sałata (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Wafle ryżowe (50 g)	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), ser żółty (25 g), ogórek (15 g) (GLU PSZ, GOR, MLE.)

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Sobota 18.01.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobowa (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogo energetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna bezglutenowa (8/GL) dieta ubogo energetyczna bezglutenowa
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku (250 g) (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR.) Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty (30 g) (MLE.) Sałatka jarzynowa (100 g) (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki pszenne na mleku (250 g) (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR.) Twaróg półtusty (30 g) (MLE.) Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU PSZ, 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.) Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU PSZ, SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR.) Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym (250 g) (GLU PSZ, SEL.) Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR.) Lekkostrawna sałatka jarzynowa b/mleka (100 g) (JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki pszenne na mleku (250 ml) (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. (GLU PSZ.) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (50 g) (SOJ, GOR.) Ser żółty (50 g) (MLE.) Sałatka jarzynowa (100 g) (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Pieczywo bezglutenowe (90 g) Masło (82%) (20 g) (MLE.) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR.) Lekkostrawna sałatka jarzynowa (100 g) (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Budyń śmietankowy (150 g) (MLE.)	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) (ORZ.)	Pomarańcza (250 g) 1 szt.	Pomarańcza (250 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) (ORZ.)	Pomarańcza (220 g) 1 szt. Orzechy włoskie łuskane (30 g) (ORZ.)	Pomarańcza (250 g) 1 szt.

Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) (GLU PSZ MLE, SEL.) Kasza pęczak/sypko (200 g) (GLU PSZ) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU PSZ SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ziemniaczana (300 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza pęczak/sypko (200 g) (GLU PSZ) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU PSZ SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Marchew gotowana (200 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) (GLU PSZ MLE, SEL.) Kasza pęczak/sypko (200 g) (GLU PSZ) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU PSZ SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) (GLU PSZ MLE, SEL.) Kasza pęczak/sypko (150 g) (GLU PSZ) Potrawka drobiowa (150 g) (GLU PSZ SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami b/mleka (300 ml) (GLU PSZ, SEL.) Kasza pęczak/sypko (200 g) (GLU PSZ) Potrawka drobiowa (180 g) (GLU PSZ SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami (300 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza pęczak/sypko (200 g) (GLU PSZ) Potrawka drobiowa (200 g) (GLU PSZ SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Ogórkowa z ziemniakami bez glutenu (300 ml) (MLE, SEL.) Kasza gryczana (150 g) Potrawka drobiowa bez glutenu (150 g) (SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (100 g) Surówka z marchwi (b/c) (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. (MLE.)	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. (MLE.)	Serek naturalny (150 g) 1 szt. (MLE.)	Serek naturalny (150 g) 1 szt. (MLE.)	Kisiel owocowy (150 ml)	Serek waniliowy (150 g) 1 szt. (MLE.)	Serek naturalny (150 g) 1 szt. (MLE.)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Paszтет drobiowy (50 g) (GLU PSZ JAJ, SEL.) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ) Masło (82%) (10 g) (MLE) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) (SEL.) Szynka drobiowa (30 g) Pomidor b/skórki (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło 82% (20 g) (MLE) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) (SEL.) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g)	Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Masło 82% (20 g) (MLE) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) (SEL.) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) (SEL.) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Paszтет drobiowy (50 g) (GLU PSZ JAJ, SEL.) Szynka drobiowa (50 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Pieczywo bezglutenowe (90 g) Masło 82% (20 g) (MLE) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego (50 g) (SEL.) Szynka drobiowa (30 g) Papryka świeża (80 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)

			Herbata b/c (250 ml)		Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)		
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Napój sojowy (250 ml) (SOJ.)	Napój sojowy (250 ml) (SOJ.)	Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Napój sojowy (250 ml) (SOJ.)	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) (GLU PSZ, SOJ.)	Kanapka z szynką i pomidorem (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), pomidor (15 g) (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Napój sojowy (250 ml) (SOJ.)

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Niedziela 19.01.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta zołądkowo-wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku zołądkowego	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)	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna bezglutenowa (8/GL) dieta ubogo energetyczna bezglutenowa
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.) Pomidor b/skórki (90 g) Sałata zielona (20 g)	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)	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 (30 g) (SOJ, GOR.) Ser mozzarella kulki (35 g) (MLE.) Pomidor (90 g)	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)	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)	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.)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE.) Pieczywo bezglutenowe (90 g) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR.) Ser mozzarella kulki (35 g) (MLE.) Pomidor (90 g)

	Ser żółty (30 g) (MLE.) Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Herbata czarna (250 ml)	Ser mozzarella kulki (50 g) (MLE.) Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (250 ml)	Szynka drobiowa (70 g) (SOJ. GOR.) Pomidor (100 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (250 ml)	Pomidor (90 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Sałata zielona (20 g) Herbata czarna b/c (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.	Jabłko (120 g) 1 szt.
Obiad	Rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Chudy rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ SEL.) 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) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Chudy rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (150 g) Udziec drobiowy gotowany (100 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy gotowany (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Rosół z makaronem (300 ml) (GLU PSZ JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Udziec drobiowy pieczony (150 g) Sos jarzynowy (80 ml) (GLU PSZ SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy (250 ml)	Chudy rosół z makaronem bezglutenowym (300 ml) (JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem (150 g) Udziec drobiowy gotowany (100 g) Sos jarzynowy bezglutenowy z dodatkiem mąki ryżowej (80 ml) (SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g) Fasolka szparagowa z wody (100 g) Kompot owocowy b/c (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.	Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Pieczyno bezglutenowe (90 g)

	Chleb graham (30 g) (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE</u>) Połędwica delikatna (30 g) Bigos (150 g) (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna (250 ml)	Masło (82%) (10 g) (<u>MLE</u>) Połędwica delikatna (50 g) Pasta z twarogu z koperkiem (50 g) (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki (80 g) Herbata czarna (250 ml)	Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u>) Masło 82% (20 g) (<u>MLE</u>) Połędwica delikatna (30 g) Pasta z twarogu z koperkiem (50 g) (<u>MLE.</u>) Pomidor (80 g) Herbata b/c (250 ml)	Masło 82% (20 g) (<u>MLE</u>) Połędwica delikatna (30 g) Pasta z twarogu z koperkiem (50 g) (<u>MLE.</u>) Pomidor (80 g) Herbata b/c (250 ml)	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>) Pomidor (80 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb graham (50 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło (82%) (20 g) (<u>MLE</u>) Połędwica delikatna (70 g) Bigos (150 g) (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna (250 ml)	Masło 82% (20 g) (<u>MLE</u>) Połędwica delikatna (30 g) Pasta z twarogu z koperkiem (50 g) (<u>MLE.</u>) Pomidor (80 g) Herbata b/c (250 ml)
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Wafle ryżowe (20 g) Hummus (30 g) (<u>SEZ</u>)	Jabłko pieczone (120 g) 1 szt.	Chleb razowy żytnio-pszeny (25 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Hummus (30 g) (<u>SEZ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszeny (25 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Hummus (30 g) (<u>SEZ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszeny (25 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Hummus (30 g) (<u>SEZ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszeny (25 g) (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Hummus (30 g) (<u>SEZ</u>)	Pieczywo bezglutenowe (25 g) Hummus (30 g) (<u>SEZ</u>)

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

Poniedziałek 20.01.2025	Dieta podstawowa (1)	Dieta żołądkowo/wątrobową (4) łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Dieta cukrzycowa insulinowa (6) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna (8) dieta ubogoenergetyczna	Dieta bezmleczna (6/ML)	Dieta wysokoenergetyczna i wysokobiałkowa (9)	Dieta cukrzycowa ubogo energetyczna bezglutenowa (8/GL) dieta ubogo energetyczna bezglutenowa
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.) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (250 ml) (GLU OW, MLE.) Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ) Masło (82%) (10 g) (MLE.) Pasta drobiowa z warzywami (60 g) (SEL, MLE, JAJ.) Miód (30 g) Pomidor b/skórki (60 g) Sałata zielona (20 g) Herbata czarna (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.) Masło 82% (20 g) (MLE) Szynka drobiowa (70 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 razowy graham (90 g) (GLU PSZ) Szynka drobiowa (70 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.) Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna (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 (70 g) (SOJ, GOR.) Serek Fromage (40 g) (MLE.) Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (20 g) Banan (120 g) 1 szt. Herbata czarna (250 ml)	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym (250 ml) (SEL.) Masło 82% (20 g) (MLE) Pieczywo bezglutenowe (90 g) Szynka drobiowa (70 g) (SOJ, GOR.) Rzodkiewka (50 g) Sałata zielona (10 g) Herbata czarna b/c (250 ml)
II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem)	Jabłko 1 szt.	Wafle ryżowe (50 g)	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Obiad	Pomidorowa z makaronem (350)	Pomidorowa z makaronem (350 ml)	Pomidorowa z makaronem (350)	Pomidorowa z makaronem (350 ml)	Pomidorowa z makaronem niezabielana	Pomidorowa z makaronem (350 ml)	Pomidorowa z makaronem (350)

	ml) (GLU, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (200 g) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (120 g/ 30 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) (GLU.) Kompot owocowy (250 ml)	(GLU, JAJ, MLE, SEL.) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (120 g/ 30 g) (GLU PSZ, SEL, MLE.) Ziemniaki gotowane (200 g) Buraczki gotowane (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy (250 ml)	ml) (GLU, JAJ, MLE, SEL.) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (120 g/ 30 g) (GLU PSZ, SEL, MLE.) Ziemniaki gotowane (200 g) Surówka z białej kapusty z olejem (SEL.) (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy b/c (250 ml)	(GLU, JAJ, MLE, SEL.) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (120 g/ 30 g) (GLU PSZ, SEL, MLE.) Ziemniaki gotowane (100 g) Surówka z białej kapusty z olejem (SEL.) (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy b/c (250 ml)	(b/mleka) (350 ml) (GLU, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane (200 g) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym b/mleka (120 g/ 30 g) (GLU PSZ, SEL.) Surówka z białej kapusty z olejem (SEL.) (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy b/c (250 ml)	(GLU, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (200 g) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym (120 g/ 30 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) (GLU.) Kompot owocowy (250 ml)	ml) (JAJ, MLE, SEL.) Gotowane klopsiki drobiowe w sosie koperkowym bez zawartości glutenu (z dodatkiem płatków jaglanych) (120 g/ 30 g) (SEL, MLE.) Ziemniaki gotowane (100 g) Surówka z białej kapusty z olejem (SEL.) (b/c) (100 g) Brokuł gotowany z bułką tartą i olejem (100 g) (GLU.) Kompot owocowy b/c (250 ml)
Podwieczorek (podawany wraz z obiadem)	Kisiel owocowy (150 g)	Kisiel owocowy (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)	Kisiel owocowy b/c (150 g)
Kolacja	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (30 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Ser żółty (50 g) (MLE.) Ogórek świeży (50 g)	Bułka pszenna długa krojona (100 g) (GLU PSZ.) Masło (82%) (10 g) (MLE) Szynka drobiowa (40 g) (SOJ.) Twaróg chudy (50 g) (MLE.) Pomidor b/skórki (60 g) 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.) Ogórek świeży (50 g)	Chleb razowy graham (90 g) (GLU PSZ.) Masło 82% (20 g) (MLE) Ser żółty (50 g) (MLE.) Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Chleb pszenno-żytni (70 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ., GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Ser żółty (60 g) (MLE.) Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g)	Chleb pszenno-żytni (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb graham (50 g) (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło (82%) (20 g) (MLE) Ser żółty (60 g) (MLE.) Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g)	Pieczyczo bezglutenowe (90 g) Masło 82% (20 g) (MLE) Ser żółty (50 g) (MLE.) Ogórek świeży (50 g) Sałata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)

	Salata zielona (20 g) Herbata czarna (250 ml)		Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)		Polędwica sopocka (60 g) Ogórek świeży (50 g) Salata zielona (20 g) Herbata b/c (250 ml)	Herbata czarna (250 ml)	
Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją)	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)</u>	Ciastka biszkoptowe (50 g) <u>(GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)</u>	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Wafle ryżowe (30 g)	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>(GLU PSZ)</u>	Kanapka z szynką (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (20 g) <u>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</u>	Wafle ryżowe (30 g)

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.