|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Piątek 30.05.2025** | 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) | Dieta bezglutenowa |
| Śniadanie | Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) ***(GLU PSZ, MLE.)***  Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Chleb razowy żytnio-pszenny (50 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) ***(MLE.)***  Papryka świeża (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) ***(GLU PSZ, MLE.)***  Bułka pszenna długa krojona (100 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (10 g) ***(MLE.)***  Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) ***(MLE.)***  Pomidor b/skórki (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Kasza manna 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)**  Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) ***(MLE.)***  Papryka świeża (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna b/c (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Masło 82% (10 g) **(MLE)**  Chleb razowy graham (100 g) **(GLU PSZ.)**  Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) ***(MLE.)***  Papryka świeża (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna b/c (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) ***(GLU PSZ, 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)  Śledź w oleju (80 g) ***(RYB.)***  Papryka świeża (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Zupa mleczna z kaszą manną (250 ml) ***(GLU PSZ, MLE.)***  Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Chleb razowy żytnio-pszenny (50 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) ***(MLE.)***  Papryka świeża (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Zupa mleczna z ryżem (250 ml) ***(MLE.)***  Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Serek kanapkowy śmietankowy (100 g) ***(MLE.)***  Papryka świeża (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) |
| II śniadanie | Banan (120 g) 1 szt. | Banan (120 g) 1 szt. | Kiwi (90 g) 1 szt.  Kefir 2% tł. (150 ml) ***(MLE.)*** | Kiwi (90 g) 1 szt. | Banan (120 g) 1 szt. | Banan (120 g) 1 szt.  Kefir 2% tł. (150 ml) ***(MLE.)*** | Banan (120 g) 1 szt. |
| Obiad | Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Łosoś pieczony w ziołach (100 g) ***(RYB, SEL.)***  Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) ***(GOR, SEL.)***  Kompot owocowy (250 ml) | Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Filet z ryby gotowany (łosoś) (100 g) ***(RYB.)***  Sos koperkowy (80 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Brokuł gotowany (200 g) ***(GLU, SEL.)***  Kompot owocowy (250 ml) | Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Łosoś pieczony w ziołach (100 g) ***(RYB, SEL.)***  Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) ***(GOR, SEL.)***  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g)  Łosoś pieczony w ziołach (100 g) ***(RYB, SEL.)***  Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) ***(GOR, SEL.)***  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Zupa krupnik jęczmienny b/mleka (350 ml) ***(GLU, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Łosoś pieczony w ziołach (100 g) ***(RYB, SEL.)***  Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) ***(GOR, SEL.)***  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Zupa krupnik jęczmienny (350 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Łosoś pieczony w ziołach (120 g) ***(RYB, SEL.)***  Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) ***(GOR, SEL.)***  Kompot owocowy (250 ml) | Zupa krupnik z kaszą jaglaną (350 ml) ***(SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Łosoś pieczony w ziołach (100 g) ***(RYB, SEL.)***  Surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju (130 g) ***(GOR, SEL.)***  Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek |  |  | Kisiel owocowy b/c (150 ml) |  |  | Kisiel owocowy (150 ml) |  |
| Kolacja | 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 natką pietruszki i cebulą (100 g) (***JAJ, MLE.)***  Pomidor (80 g)  Ogórek kiszony (60 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 natką pietruszki (100 g) ***(MLE, JAJ.)***  Pomidor b/skórki (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Chleb razowy pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Masło 82% (20 g) **(MLE)**  Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (***JAJ, MLE.)***  Pomidor (80 g)  Ogórek kiszony (60 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna b/c (250 ml) | Chleb razowy graham (100 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło 82% (10 g) ***(MLE.)***  Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (***JAJ, MLE.)***  Pomidor (80 g)  Ogórek kiszony (60 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna 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 natką pietruszki i cebulą (b/mleka) (60 g) (***JAJ.)***  Pomidor (80 g)  Ogórek kiszony (60 g)  Sałata zielona (20 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)***  Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (***JAJ, MLE.)***  Pomidor (80 g)  Ogórek kiszony (60 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Pasta jajeczna z natką pietruszki i cebulą (100 g) (***JAJ, MLE.)***  Pomidor (80 g)  Ogórek kiszony (60 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) |
| Posiłek nocny | Napój mleczny smakowy 200 ml ***(MLE.)*** | Napój mleczny smakowy 200 ml ***(MLE.)*** | Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) ***(MLE.)*** | Napój mleczny bez dodatku cukru (200 ml) ***(MLE.)*** | Napój sojowy niesłodzony 200 ml ***(SOJ.)*** | Napój mleczny smakowy 200 ml ***(MLE.)*** | Napój mleczny smakowy 200 ml ***(MLE.)*** |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sobota 31.05.2025** | 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) | Dieta bezglutenowa |
| 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.)***  Szynka Szynka wędzona wieprzowa (30 g)  Pomidor (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) | Ryż na mleku (250 ml) ***(MLE.)***  Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Szynka drobiowa Drobimex (70 g) ***(SOJ,GOR.)***  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) |
| II śniadanie | Pomarańcza (220 g) 1 szt. | Banan (120 g) 1 szt. | Pomarańcza (220 g) 1 szt.  Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) ***(MLE.)*** | Pomarańcza (220 g) 1 szt. | Pomarańcza (220 g) 1 szt. | Pomarańcza (220 g) 1 szt.  Jogurt naturalny 2,5% tł. (150 g) ***(MLE.)*** | Pomarańcza (220 g) 1 szt. |
| Obiad | Zupa botwinka (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(150 g) ***(MLE.)***  Kompot owocowy (250 ml) | Zupa botwinka (350 ml) ***(GLU PSZ, MLE, SEL.)***  Ryż na sypko (200 g)  Potrawka drobiowa (180 g) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Marchew gotowana z olejem (150 g)  Kompot owocowy (250 ml) | Zupa botwinka (350 ml) ***(GLU PSZ, MLE, SEL.)***  Ryż na sypko (brązowy) (200 g)  Potrawka drobiowa (180 g) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Surówka z marchwi z olejem(150 g) ***(MLE.)***  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Zupa botwinka (350 ml) ***(GLU PSZ, MLE, SEL.)***  Ryż na sypko (brązowy) (150 g)  Potrawka drobiowa (180 g) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Surówka z marchwi z olejem(150 g) ***(MLE.)***  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Zupa botwinka b/mleka (300 ml) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Ryż na sypko (brązowy) (150 g)  Potrawka drobiowa (180 g) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Surówka z marchwi z olejem b/mleka (150 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Zupa botwinka (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 (150 g) ***(MLE.)***  Kompot owocowy (250 ml) | Zupa botwinka bez glutenu, dodatek mąki ryżowej (350 ml) ***(MLE, SEL.)***  Ryż na sypko (200 g)  Gulasz meksykański z kurczakiem i fasolą (350 g) bez glutenu ***(SEL.)***  Surówka z marchwi z olejem(150 g) ***(MLE.)***  Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek |  |  | 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.)**  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) | Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (10 g) ***(MLE)***  Sałatka z makaronu bezglutenowego, wędliny drobiowej i brokuła (150 g) ***(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.)*** | Przecier owocowo warzywny (120 g) 1 szt. ***(może zawierać MLE.)*** |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Niedziela 01.06.2025** | | 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 bezglutenowa |
| Śniadanie | | Kasza manna na mleku (250 ml) ***(GLU, 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.)***  Jajko gotowane (50 g) 1 szt. ***(JAJ.)***  Kiełbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) ***(MLE, SOJ.)***  Pomidorki koktajlowe (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Kasza manna na mleku (250 ml) ***(GLU, MLE.)***  Bułka pszenna długa krojona (100 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (10 g) ***(MLE.)***  Jajko gotowane na miękko (50 g) 1 szt. ***(JAJ.)***  Szynkowa kiełbasa drobiowa (30 g)  Pomidor b/skórki (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) ***(GLU, SEL.)***  Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Masło 82% (10 g) ***(MLE.)***  Jajko gotowane (50 g) 1 szt. ***(JAJ.)***  Szynkowa kiełbasa drobiowa (30 g)  Pomidorki koktajlowe (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna b/c (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) ***(GLU, SEL.)***  Masło 82% (10 g) ***(MLE)***  Chleb razowy graham (100 g) ***(GLU PSZ.)***  Jajko gotowane (50 g) 1 szt. ***(JAJ.)***  Szynkowa kiełbasa drobiowa (30 g)  Pomidorki koktajlowe (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna b/c (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) ***(GLU, 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)  Jajko gotowane (50 g) 1 szt. ***(JAJ.)***  Szynkowa kiełbasa drobiowa (30 g)  Pomidorki koktajlowe (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Kasza manna na mleku (250 ml) ***(GLU, 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.)***  Jajko gotowane (50 g) 1 szt. ***(JAJ.)***  Kiełbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) ***(MLE, SOJ.)***  Pomidorki koktajlowe (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Kasza jaglana na mleku (250 ml) ***(MLE.)***  Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (10 g) ***(MLE.)***  Jajko gotowane (50 g) 1 szt. ***(JAJ.)***  Kiełbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona (30 g) ***(MLE, SOJ.)***  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 sałatą: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) ***(GLU PSZ, MLE.)*** | Jabłko (100 g) 1 szt. | Jabłko (100 g) 1 szt. | Jabłko (100 g) 1 szt.  Kanapka z szynką i sałatą: chleb razowy (50 g), masło (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) ***(GLU PSZ, MLE.)*** | Jabłko (100 g) 1 szt. |
| Obiad | Solferino (350 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Tradycyjny kotlet schabowy (100 g) ***(GLU PSZ, JAJ.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Mizeria z jogurtem (200 g) ***(MLE.)***  Kompot owocowy (250 ml) | Solferino (350 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Schab gotowany (100 g)  Sos własny (80 ml) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Bukiet warzyw gotowany z olejem (200 g)  Kompot owocowy (250 ml) | Solferino (350 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Schab gotowany (100 g)  Sos własny (80 ml) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Mizeria z jogurtem (200 g) ***(MLE.)***  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Solferino (350 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Schab gotowany (100 g)  Sos własny (80 ml) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (150 g)  Mizeria z jogurtem (150 g) ***(MLE.)***  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Solferino B/MLEKA (350 ml) ***(GLU, SEL.)***  Schab gotowany (100 g)  Sos własny (80 ml) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Bukiet warzyw gotowany z olejem (200 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Solferino (350 ml) ***(GLU, MLE, SEL.)***  Tradycyjny kotlet schabowy (100 g) ***(GLU PSZ, JAJ.)***  Schab gotowany (100 g)  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Mizeria z jogurtem (200 g) ***(MLE.)***  Kompot owocowy (250 ml) | Solferino B/GLUTENU (350 ml) ***(MLE, SEL.)***  Schab gotowany (100 g) B/GLUTENU  Ziemniaki z koperkiem gotowane (200 g)  Mizeria z jogurtem (200 g) ***(MLE.)***  Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek |  |  | Sałatka z brokuła, kalafiora, oleju i koperku (100 g) |  |  | Bułka mlecza (40 g) 1 szt. ***(GLU PSZ, MLE, JAJ.)*** |  |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Masło (82%) (10 g) ***(MLE)***  Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ***(SOJ.)***  Żółty ser (30 g) ***(MLE.)***  Pomidor (80 g)  Papryka świeża (30 g)  Sałata (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Bułka pszenna długa krojona (100 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (10 g) ***(MLE)***  Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ***(SOJ.)***  Serek homogenizowany z ziołami (50 g) ***(MLE.)***  Pomidor b/skórki (100 g)  Sałata (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% (10 g) ***(MLE)***  Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ***(SOJ.)***  Żółty ser (30 g) ***(MLE.)***  Pomidor (80 g)  Papryka świeża (30 g)  Sałata (20 g)  Herbata b/c (250 ml) | Chleb razowy graham (100 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło 82% (10 g) ***(MLE)***  Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ***(SOJ.)***  Żółty ser (30 g) ***(MLE.)***  Pomidor (80 g)  Papryka świeża (30 g)  Sałata (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)  Szynka wieprzowa wędzona (80 g) ***(SOJ.)***  Pomidor (80 g)  Papryka świeża (30 g)  Sałata (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%) (10 g) ***(MLE)***  Szynka wieprzowa wędzona (30 g) ***(SOJ.)***  Żółty ser (50 g) ***(MLE.)***  Pomidor (80 g)  Papryka (30 g)  Sałata (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (10 g) ***(MLE)***  Polędwica sopocka z firmy Balcerzak (30 g) ***(SOJ.)***  Żółty ser (30 g) ***(MLE.)***  Pomidor (80 g)  Papryka świeża (30 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) | Sok warzywno – owocowy 100% (200 ml) |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek 02.06.2025** | 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 bezglutenowa |
| 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) | Ryż na mleku (250 g) ***(MLE.)***  Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Ser fromage (50 g) ***(MLE.)***  Szynka drobiowa z kurczaka Drobimex (20 g)  Ogórek świeży (50 g)  Pomidor (50 g)  Herbata czarna (250 ml) |
| II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem) | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | Kiwi 2 szt.  Wafle ryżowe (30 g) | Kiwi 2 szt. | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. |
| Obiad | Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Pierogi z serem (300 g) ***GLU PSZ, JAJ, MLE.)***  Sos jogurtowo-truskawkowy (100 g) ***(MLE)***  Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g)  Kompot owocowy (250 ml) | Zupa dyniowa (300 ml) (dynia, bulion mięsny, seler, pomidor, ziemniaki, cebula, czosnek, oliwa z oliwek, kurkuma, bazylia, 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.)***  Bukiet jarzyn gotowany z olejem (200 g) ***(SEL.)***  Kompot owocowy (250 ml) | 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.)***  Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | 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.)***  Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | 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.)***  Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g)  Kompot owocowy (250 ml) | Zupa fasolowa z ziemniakami (400 ml) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Pierogi 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) | Zupa fasolowa z ziemniakami B/GLUTENU (dopuszczalny dodatek mąki ryżowej) (400 ml) ***(SEL.)***  Makaron bezglutenowy (200 g)  Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (100 g)  Sos ziołowy B/GLUTENU (80 ml) ***(MLE, SEL.)***  Surówka z marchwi i jabłka z olejem (200 g)  Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek (podawany wraz z obiadem) |  |  | Serek homogenizowany naturalny (150 g) 1 szt. ***(MLE.)*** |  |  | Serek homogenizowany (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)***  Parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 2 szt. (100 g) ***(SOJ, SEL, GOR.)***  Ogórek kiszony (100 g)  Ketchup (15 g) Herbata czarna (250 ml) | Bułka pszenna długa krojona (100 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (10 g) ***(MLE)***  Parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 2 szt. (100 g) ***(SOJ, SEL, GOR.)***  Pomidor b/skórki (50 g)  Herbata czarna (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Masło 82% (20 g) ***(MLE.)***  Parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 2 szt. (100 g) ***(SOJ, SEL, GOR.)***  Ogórek kiszony (50 g)  Ketchup (15 g)  Herbata b/c (250 ml) | Chleb razowy graham (90 g) **(GLU PSZ.)**  Masło 82% (20 g) **(MLE)**  Parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 2 szt. (100 g) ***(SOJ, SEL, GOR.)***  Ogórek kiszony (50 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)  Parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 2 szt. (100 g) ***(SOJ, SEL, GOR.)***  Ogórek kiszony (50 g)  Ketchup (15 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)***  Parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 3 szt. (150 g) ***(SOJ, SEL, GOR.)***  Ogórek kiszony (50 g)  Ketchup (15 g)  Herbata czarna (250 ml) | Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 2 szt. (100 g) ***(SOJ, SEL, GOR.)***  Ogórek kiszony (100 g)  Ketchup (15 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 sałatą (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.)*** | Wafle ryżowe (50 g) |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek 03.06.2025** | 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 bezglutenowa |
| Śniadani e | 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) | Płatki jaglane na mleku (300 ml) ***(MLE.)***  Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Ser żółty (30 g) ***(MLE.)***  Szynka delikatesowa z kurcząt z firmy Drobimex (30 g)  Papryka świeża (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (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) | 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)  Buraczki gotowane drobno tarte b/c (100 g)  Kompot owocowy (250 ml) | 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)  Kompot owocowy (250 ml) | 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)  Surówka z marchwi b/c (100 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | 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)  Surówka z marchwi b/c (100 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | 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)  Surówka z marchwi b/c (100 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | 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) | Krupnik z kaszy jaglanej bez glutenu (300 ml) (***SEL)***  Ziemniaki z koperkiem (200 g)  Medalion z indyka pieczony (bez panierki, z dodatkiem soli, pieprzu B/G i majeranku) (100 g)  Sos jarzynowy bez glutenu (z dodatkiem mąki ryżowej) (80 g) ***(SEL.)***  Ogórek kiszony z cebulką z olejem (100 g)  Buraczki gotowane drobno tarte (bez glutenu) (100 g)  Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek (podawany wraz z obiadem) |  |  | Sok pomidorowy (200 ml) |  |  | Serek wiejski owocowy (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)***  Gulaszowa z mięsem drobiowym (200 ml) ***(GLU PSZ. SEL.)***  Szynka drobiowa (30 g)  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Bułka pszenna długa krojona (100 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (10 g) ***(MLE)***  Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) ***(GLU PSZ. 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)***  Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) ***(GLU PSZ. SEL.)***  Szynka drobiowa (30 g)  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata b/c (250 ml) | Chleb razowy graham (90 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło 82% (20 g) ***(MLE)***  Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) ***(GLU PSZ. SEL.)***  Szynka drobiowa (30 g)  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata b/c (250 ml) | 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)  Dietetyczna gulaszowa z mięsem drobiowym b/c (200 ml) ***(GLU PSZ. SEL.)***  Szynka drobiowa (30 g)  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata b/c (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Gulaszowa z mięsem drobiowym (200 ml) ***(GLU PSZ. SEL.)***  Szynka drobiowa (50 g)  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Jajko gotowane (60 g) 1 szt.  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. ***(MLE.)*** | Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. ***(MLE.)*** | Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)*** | Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)*** | Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (50 g), margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, GOR.)*** | Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (1 szt.) skład: chleb razowy (40 g), masło 82% (5 g), szynka drobiowa (25 g), ogórek konserwowy (15 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE, GOR.)*** | Deser mleczny z ryżem (150 g) 1 szt. ***(MLE.)*** |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Środa 04.06.2025** | 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 bezglutenowa |
| 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) | Kasza kukurydziana (firma Sante) na mleku (250 g) ***(MLE.)***  Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Filet z kurczaka gotowany na parze bez glutenu (80 g) 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 sałatą (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) | Mandarynka 1 szt. (90 g) |
| Obiad | Barszcz czerwony zabielany z makaronem (300 ml)***(MLE, SEL, GLU PSZ.)***  Kluski śląskie (150 g) ***(JAJ.)***  Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym ***(GLU, SEL.)*** (100 g/80 g)  Surówka z selera i marchwi z olejem (100 g) ***(SEL.)***  Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)  Kompot owocowy (250 ml) | Barszcz czerwony z ziemniakami (300 ml) ***(MLE, SEL, GLU PSZ.)***  Kluski śląskie (150 g) ***(JAJ.)***  Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym ***(GLU, SEL.)*** (100 g/80 g)  Seler z pietruszką gotowany z olejem b/c (100 g) ***(SEL.)***  Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)  Kompot owocowy (250 ml) | Barszcz czerwony zabielany z makaronem b/c (300 ml) ***(MLE, SEL, GLU PSZ.)***  Ziemniaki z koperkiem (200 g)  Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym ***(GLU, SEL.)*** (100 g/80 g)  Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) ***(SEL.)***  Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Barszcz czerwony zabielany z makaronem b/c (200 ml) ***(MLE, SEL, GLU PSZ.)***  Ziemniaki z koperkiem (150 g)  Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym ***(GLU, SEL.)*** (100 g/80 g)  Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) ***(SEL.)***  Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Barszcz czerwony z ziemniakami b/mleka (300 ml) ***(GLU PSZ, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem (200 g)  Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym ***(GLU, SEL.)*** (100 g/80 g)  Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) ***(SEL.)***  Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Barszcz czerwony zabielany z makaronem (300 ml)***(MLE, SEL, GLU PSZ.)***  Kluski śląskie (150 g) ***(JAJ.)***  Duszone bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym ***(GLU, SEL.)*** (120 g/90 g)  Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) ***(SEL.)***  Bukiet warzyw gotowanych królewskich (100 g)  Kompot owocowy (250 ml) | Barszcz czerwony czysty z ryżem bez glutenu (300 ml)***(SEL)***  Kluski śląskie (bez glutenu!) (150 g) ***(JAJ.)***  Duszone bitki wieprzowe bez glutenu (dopuszczalne użycie mąki ryżowej lub ziemniaczanej) ***(SEL.)*** (120 g)  Surówka z selera i marchwi z olejem b/c (100 g) ***(SEL.)***  Brokuł gotowany (100 g)  Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek (podawany wraz z obiadem) |  |  | Kisiel o smaku cytrynowym b/c (150 ml) |  |  | Budyń śmietankowy (150 g) ***(MLE.)*** |  |
| Kolacja | Chleb pszenno-żytni (70 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Chleb graham (30 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Kiełbasa śląska wieprzowa z cebulką (80 g)  Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. ***(GOR.)***  Pomidor (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 mięsem drobiowym (100 g) ***(SEL.)***  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 mięsem drobiowym (100 g) ***(SEL.)***  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata b/c (250 ml) | Chleb razowy graham (90 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło 82% (20 g) ***(MLE)***  Pasta mięsno-warzywna, z mięsem drobiowym (100 g) ***(SEL.)***  Pomidor (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 mięsem drobiowym (100 g) ***(SEL.)***  Pomidor (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.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Kiełbasa śląska wieprzowa z cebulką (80 g)  Musztarda (saszetka 15 g) 1 szt. ***(GOR.)***  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Żółty ser (80 g) ***(MLE.)***  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 sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE.)*** | Wafle ryżowe (50 g) | Wafle ryżowe (50 g) | Kanapka z jajkiem i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), jajko (25 g), sałata (5 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ, MLE.)*** | Wafle ryżowe (50 g) |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek 05.06.2025** | 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 bezglutenowa |
| Śniadanie | Makaron na mleku (250 g) ***(GLU PSZ, MLE.)***  Chleb pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) ***(RYB, SEL.)***  Ogórek świeży (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Makaron na mleku (250 g) ***(GLU PSZ, MLE.)***  Bułka pszenna długa krojona (100 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami (100 g) ***(RYB, SEL.)***  Pomidor b/skórki (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) ***(SEL, GLU PSZ.)***  Chleb pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Masło 82% (20 g) ***(MLE)***  Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) ***(RYB, SEL.)***  Ogórek świeży (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna b/c (250 ml) | Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) ***(SEL, GLU PSZ.)***  Masło 82% (20 g) ***(MLE)***  Chleb razowy graham (90 g) ***(GLU PSZ.)***  Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) ***(RYB, SEL.)***  Ogórek świeży (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna b/c (250 ml) | Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym (250 ml) ***(SEL, GLU PSZ.)***  Chleb pszenno-żytni (50 g) **(GLU PSZ., GLU ŻYT.)**  Chleb graham (50 g) **(GLU PSZ., GLU ŻYT.)**  Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)  Pasta z makreli wędzonej z warzywami (100 g) ***(RYB, SEL.)***  Ogórek świeży (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna b/c (250 ml) | Makaron na mleku (250 g) ***(GLU PSZ, MLE.)***  Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Bułka graham-pszenna (50 g) 1 szt. ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Pasta z makreli wędzonej z warzywami (120 g) ***(RYB, SEL.)***  Ogórek świeży (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Ryż na mleku (250 g) ***(MLE.)***  Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Makrela wędzona (100 g)  Rzodkiewka (80 g)  Ogórek kiszony (50 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. ***(MLE.)*** | Kiwi (1 szt.) (90 g) | Kiwi (1 szt.) (90 g) | Kiwi (1 szt.) (90 g) | Kiwi (1 szt.) (90 g) | Deser mleczny (150 g) 1 szt. ***(MLE.)*** |
| 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) | Zupa koperkowa z ziemniakami bez dodatku mąki (bez glutenu!) (300 ml) ***(MLE, SEL.)***  Kasza gryczana (200 g)  Karkówka duszona w sosie własnym (120 g) bez glutenu  Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem (100 g*)*  Marchew gotowana (bez glutenu!) z olejem (100 g)  Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek (podawany wraz z obiadem) |  |  | Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego (150 g) |  |  | Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego (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)  Ćwikła 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)  Ćwikła 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)  Ćwikła 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)  Ćwikła 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)  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) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Schab wieprzowy, wędzony, parzony (80 g)  Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) ***(MLE, SO2)***  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Schab pieczony wieprzowy z firmy Balcerzak (60 g)  Papryka czerwona (120 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) |
| Posiłek nocny (podawany wraz z kolacją) | Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego (150 g) | Deser mleczny (150 g) 1 szt. ***(MLE.)*** | Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) ***(GLU PSZ, SOJ, MLE.)*** | Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego (150 g) | Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego (150 g) | Kanapka z szynką i sałatą (1 szt.) skład: chleb razowy (60 g), masło 82% (5 g), szynka (25 g), sałata (5 g) ***(GLU PSZ, SOJ, MLE.)*** | Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego (150 g) |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Piątek 06.06.2025** | 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 bezglutenowa |
| 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 wiejski ziarnisty (200 g) ***(MLE.)***  Dżem (25 g) 1 szt.  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 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 wiejski ziarnisty (200 g) **(MLE.)**  Dżem (25 g) 1 szt.  Pomidor b/skórki (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) ***(SEL, GLU PSZ.)***  Chleb pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Masło 82% (20 g) ***(MLE)***  Ser wiejski ziarnisty (200 g) ***(MLE.)***  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna b/c (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 ml) **(*SEL, GLU PSZ.)***  Masło 82% (20 g) ***(MLE)***  Chleb razowy graham (90 g) ***(GLU PSZ.)***  Ser wiejski ziarnisty (200 g) ***(MLE.)***  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna b/c (250 ml) | Kasza manna na wywarze jarzynowym (250 g) ***(GLU PSZ, SOJ.)***  Chleb pszenno-żytni (70 g) **(GLU PSZ., GLU ŻYT.)**  Chleb graham (50 g) **(GLU PSZ., GLU ŻYT.)**  Margaryna roślinna bezmleczna o zaw. 80% tł. (20 g)  Paprykarz szczeciński (120 g) ***(RYB.)***  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 wiejski ziarnisty (200 g) ***(MLE.)***  Dżem (25 g) 1 szt.  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) | Kasza jaglana na mleku (250 g) ***(MLE.)***  Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Ser wiejski ziarnisty (200 g) ***(MLE.)***  Dżem z firmy Łowicz (25 g)  Pomidor (80 g)  Sałata zielona (20 g)  Herbata czarna (250 ml) |
| II śniadanie (podawane wraz ze śniadaniem) | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | Mandarynka 2 szt. Wafle ryżowe (30 g) | Mandarynka 2 szt. | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. | Banan 1 szt. |
| Obiad | Brokułowa z ryżem (300 ml) ***(MLE, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem (200 g)  Miruna pieczona (100 g) ***(RYB.)***  Sos cytrynowy (80 ml**) *(GLU PSZ, MLE.)***  Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (200 g)  Kompot owocowy (250 ml) | Brokułowa z ryżem (300 ml) ***(MLE, SEL.)***  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) | Brokułowa z ryżem (300 ml) ***(MLE, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem (200 g)  Miruna pieczona (100 g) ***(RYB.)***  Sos cytrynowy (80 ml**) *(GLU PSZ, MLE.)***  Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (200 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Brokułowa z ryżem (300 ml) ***(MLE, SEL.)***  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) | Brokułowa z ryżem b/mleka (300 ml)  ***(SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem (200 g)  Miruna pieczona (100 g) ***(RYB.)***  Sos cytrynowy b/mleka (80 ml**) *(GLU PSZ.)***  Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (200 g)  Kompot owocowy b/c (250 ml) | Brokułowa z ryżem (300 ml) ***(MLE, SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem (200 g)  Miruna pieczona (150 g) ***(RYB.)***  Sos cytrynowy (80 ml**) *(GLU PSZ, MLE.)***  Surówka z kapusty kiszonej i jabłka z olejem b/c (200 g)  Kompot owocowy (250 ml) | Rosół z makaronem bezglutenowym (300 ml) ***(SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem (200 g)  Miruna pieczona bez panierki (bez glutenu!) (100 g) ***(RYB.)***  Sos jogurtowo-koperkowy (80 ml**) *(MLE.)***  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) ***(MLE.)*** |  |  | 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) | Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g*)* ***(MLE)***  Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (bez glutenu) (100 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 sałatą (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.)*** | Wafle ryżowe (50 g) |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sobota 07.06.2025** | 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 bezglutenowa |
| Śniadanie | Płatki pszenne na mleku (250 g) ***(GLU PSZ, MLE.)***  Chleb pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Szynka drobiowa (30 g) ***(SOJ, 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 półtłusty (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.)***  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.)***  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.)***  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 b/c (250 ml) | Płatki kukurydziane na mleku (250 ml) ***(GLU PSZ, MLE.)***  Chleb mieszany pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ., GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(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) | Płatki kukurydziane na mleku (250 ml) ***(MLE.)***  Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Szynka drobiowa (70 g) ***(SOJ, GOR.)***  Papryka świeża (50 g)  Sałata zielona (10 g)  Herbata czarna (250 ml) |
| II śniadanie | Budyń śmietankowy (150 g) ***(MLE.)*** | Budyń śmietankowy (150 g) ***(MLE.)*** | Pomarańcza (220 g) 1 szt.  Orzechy włoskie łuskane (30 g) ***(ORZ.)*** | Pomarańcza (220 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 (220 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) | Zupa wiosenna krem bez glutenu (300 ml) ***(SEL.)***  Ziemniaki z koperkiem (200 g)  Filet z kurczaka gotowany (120 g) ***(SEL.)***  Sos koperkowy (bez glutenu) 50 g ***(SEL.)***  Surówka z selera i jabłka (150 g) ***(SEL.)***  Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek |  |  | Serek naturalny (150 g) 1 szt. ***(MLE.)*** |  |  | Serek waniliowy (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)***  Pasztet 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)  Herbata b/c (250 ml) | 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)  Sałata zielona (20 g)  Herbata b/c (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (70 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Chleb graham (30 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Pasztet 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 (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Polędwica sopocka (50 g) ***(SOJ.)***  Ogórek kiszony (50 g)  Sałata zielona (10 g)  Herbata czarna (250 ml) |
| Posiłek nocny | 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.)*** | Sok warzywny (200 ml) ***(SEL.)*** |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Niedziela 08.06.2025** | 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 bezglutenowa |
| Śniadanie | Zupa mleczna z ryżem (250 ml) ***(MLE.)***  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 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) ***(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) | Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (250 ml) ***(MLE.)***  Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE.)***  Jajko gotowane (50 g) 1 szt. ***(JAJ.)***  Polędwica sopocka (50 g) ***(SOJ.)***  Chrzan tarty (10 g) ***(MLE, SO2..)*** Pomidor (60 g)  Sałata zielona (10 g)  Herbata czarna (250 ml) |
| II śniadanie | Jabłko (120 g) 1 szt. | Banan (120 g) 1 szt. | Jabłko (120 g) 1 szt.  Wafle ryżowe (30 g) | Jabłko (120 g) 1 szt. | Jabłko (120 g) 1 szt. | Jabłko (120 g) 1 szt. | Gruszka (150 g) |
| Obiad | Pomidorowa z makaronem (300 ml) ***(GLU PSZ, MLE, 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) | Pomidorowa z makaronem (300 ml) ***(GLU PSZ, MLE, SEL.)***  Rosół z makaronem (300 ml) ***(GLU PSZ, 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) | Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) ***(GLU PSZ, MLE, 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) | Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (300 ml) ***(GLU PSZ, MLE, 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) | Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym b/mleka (300 ml) ***(GLU PSZ, 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) | Pomidorowa z makaronem (300 ml) ***(GLU PSZ, MLE, 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) | Zupa krupnik z kaszą jaglaną (350 ml) ***(SEL.)***  Schab pieczony saute (bez glutenu) – wersja bez panierki, ze szczyptą soli, pieprzu i majeranku (150 g)  Ziemniaki z koperkiem (200 g)  Bukiet warzyw gotowanych (100 g)  Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (100 g)  Kompot owocowy (250 ml) |
| Podwieczorek |  |  | Sok pomidorowy (300 ml) 1 szt.  Wafle ryżowe (30 g) |  |  | Serek waniliowy (150 g) ***(MLE.)*** | Jogurt owocowy (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)***  Polędwica delikatna (30 g)  Sałatka caprese (150 g) ***(MLE.)***  Herbata czarna (250 ml) | Bułka pszenna długa krojona (100 g) ***(GLU PSZ.)***  Masło (82%) (10 g) ***(MLE)***  Polędwica delikatna (30 g)  Sałatka caprese, b/skórki (80 g) ***(MLE.)***  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)**  Polędwica delikatna (30 g)  Sałatka caprese (150 g) **(*MLE.)***  Herbata b/c (250 ml) | Chleb razowy graham (90 g) **(GLU PSZ.)**  Masło 82% (20 g) **(MLE)**  Polędwica delikatna (30 g)  Sałatka caprese (150 g) ***(MLE.)***  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)  Jajko gotowane (50 g) 1 szt. (***JAJ.)***  Szynka drobiowa (50 g) (***SOJ.)***  Ogórek kiszony (50 g)  Herbata b/c (250 ml) | Chleb pszenno-żytni (50 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Chleb graham (50 g) ***(GLU PSZ, GLU ŻYT.)***  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Polędwica delikatna (70 g)  Sałatka caprese (150 g) ***(MLE.)***  Herbata czarna (250 ml) | Pieczywo bezglutenowe (100 g)  Masło (82%) (20 g) ***(MLE)***  Kiełbasa biała wieprzowa parzona Sokołów (100 g)  Ćwikła z chrzanem b/c (80 g) ***(MLE, SO2)***  Ogórek kiszony (50 g)  Herbata czarna (250 ml) |
| Posiłek nocny | Wafle ryżowe (20 g)  Sok warzywny Dawtona (300 ml) | Wafle ryżowe (20 g)  Sok warzywny Dawtona (300 ml) | Wafle ryżowe (20 g)  Sok warzywny Dawtona (300 ml) | Wafle ryżowe (20 g)  Sok warzywny Dawtona (300 ml) | Wafle ryżowe (20 g)  Sok warzywny Dawtona (300 ml) | Wafle ryżowe (20 g)  Sok warzywny Dawtona (300 ml) | Wafle ryżowe (20 g)  Sok warzywny Dawtona (300 ml) |

Ze względów losowych zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie.