

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-22, poniedziałek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JEĆZ, MLE.) 250 ml południca sopocka (2 plastry) (SOJ.) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ.) 90 g	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JEĆZ, MLE.) 250 ml południca sopocka (2 plastry) (SOJ.) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ.) 95 g	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JEĆZ, MLE.) 250 ml południca sopocka (2 plastry) (SOJ.) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki 68 g	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru (GLU ŻYT, GLU JEĆZ, MLE.) 250 ml szynka drobiowa z kruczaka (3 pl) (SOJ.) 50 g jajko (JAJ.) 1 szt. sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ.) 90 g	
	II ŚN	Budyń (GLU PSZ, MLE.) 150 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	Budyń (GLU PSZ, MLE.) 150 ml		jabłko 120 g
	Obiad	zupa grochowa z zieleciną 350 ml naleśniki ze szpinakiem i białym serem (2 szt) 300 g sos curry z czosnkiem 50 ml kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleciną 300 ml makaron z serem i szpinakiem (GLU PSZ, MLE.) 350 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ziemniaczana z zieleciną 300 ml makaron z serem i szpinakiem (GLU PSZ, MLE.) 350 g marchewka oprószana 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	zupa ziemniaczana 350 ml makaron z serem i szpinakiem (GLU PSZ, MLE.) 350 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z mięszem owocowym b/ cukru 250 ml	
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			pomidor 100 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 1 kromka 30 g
	Kolacja	konserwa rybna 75 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat (MLE.) 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 2 kromki 60 g herbata z cukrem 250 ml Ciasto drożdżowe z jabłkami (GLU PSZ, MLE, JAJ.) 60 g	ser biały z koperkiem 80 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat (MLE.) 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ.) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g miód naturalny 25 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat (MLE.) 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki 68 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat (MLE.) 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 2 kromki 60 g herbata bez cukru 250 ml	
	PN		Ciasto drożdżowe z jabłkami (GLU PSZ, MLE, JAJ.) 60 g		Ciasto drożdżowe z jabłkami (GLU PSZ, MLE, JAJ.) 60 g	biszkopty (5 szt) 20 g	kefir (MLE.) 150 ml

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-23 wtorek	Śniadanie	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml pasztet drobiowy (1 szt)(GLU PSZ,SOJ,MLE,) 100 g pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata zielona z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata zielona z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata zielona z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata zielona z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pomidor 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata zielona b/cukru 250 ml
	II ŚN	kefir z czarną porzeczką(MLE,) 150 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	kefir z czarną porzeczką(MLE,) 150 ml	kefir z czarną porzeczką(MLE,) 150 ml sok owocowy 300 ml	kefir z czarną porzeczką(MLE,) 150 ml
	Obiad	kalafiorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml sznyceł wieprzowy(GLU PSZ,JAJ,) 120 g surówka z marchwi, jabłka i chrzanu 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	kalafiorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml herbata bez cukru 250 ml	kalafiorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	kalafiorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	kalafiorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g
	Kolacja	twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	jabłko gotowane 120 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	jabłko 120 g

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-24 środa	Śniadanie	kielbasa wieprzowa 50%-wołowa 50% (2pl) 35 g sałatka z ciecierzycą, marchwią, kap. pekińska, słonecz., pest. dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (2 plastry) (SOJ,) 35 g sał. makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (2 plastry) (SOJ,) 35 g sał. makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (2 plastry) (SOJ,) 35 g sał. makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (2 plastry) (SOJ,) 35 g sałatka z ciecierzycą, marchwią, kap. pekińska, słonecz., pest. dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr 80 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa (GLU PSZ,) 1 szt herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	kasza manna na mleku z mussem truskawkowym (GLU PSZ, MLE) 100 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	kasza manna na mleku z mussem truskawkowym (GLU PSZ, MLE) 100 ml		jabłko 120 g
	Obiad	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną (SEL,) 350 ml Gołąbki jarskie z ryżem i warzywami (2 szt.) (SEL,) 350 g sos pieczarkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną (SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem (GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną (SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem (GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną (SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem (GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną (SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem (GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka (GLU PSZ,) 30 g
	Kolacja	pasta z sera białego i ryby (szprot w pomidorach) ze szczypiorkiem (GLU PSZ, RYB, MLE,) 80 g chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem (MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem (MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem (MLE) 80 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml
	PN	galaretką owocową do picia 200 ml			galaretką owocową do picia 200 ml	galaretką owocową do picia 200 ml wafel ryżowy 2 szt (SEZ,) 23 g	jogurt (MLE,) 150 ml

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-25 czwartek	Śniadanie	płatki orkiszowe na mleku (GLU PSZ, MLE,) 250 ml ser topiony (MLE) 50 g sałatka z peczykiem, kukurydza, jajka, papryka, ogórek kiszony, pest. dyni, słonecznikiem i jog. nat. (GLU JEĆCZ, JAJ, MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	płatki orkiszowe na mleku (GLU PSZ, MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem (MLE) 80 g sałatka z k. jęczm+fasolka+march.+natka+jog. nat. (MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki orkiszowe na mleku (GLU PSZ, MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem (MLE) 80 g sałatka z k. jęczm+fasolka+march.+natka+jog. nat. (MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem (MLE) 80 g sałatka z peczykiem, kukurydza, jajka, papryka, ogórek kiszony, pest. dyni, słonecznikiem i jog. nat. (GLU JEĆCZ, JAJ, MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		
	Obiad	brokułowa z ryżem i zieleniną (GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml kotlet wiedeński z indyka (GLU, PSZ, MLE, JAJ) 120 g ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z burak.+kap. kisz.+marchew+jabłko+olej rz.+ natk. pietr. 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	brokułowa z ryżem i zieleniną (GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml filet z indyka w sosie z jarzynami (GLU PSZ, SEL, MLE) 130 g ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki (GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	brokułowa z ryżem i zieleniną (GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml filet z indyka w sosie z jarzynami (GLU PSZ, SEL, MLE) 130 g ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki (GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml		brokułowa z ryżem i zieleniną (GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml filet z indyka w sosie z jarzynami (GLU PSZ, SEL, MLE) 130 g surówka z burak.+kap. kisz.+marchew+jabłko+olej rz.+ natk. pietr. 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka (GLU PSZ,) 30 g
	Kolacja	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) 35 g masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g jajko (JAJ,) 1 szt masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g jajko (JAJ,) 1 szt masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) 35 g jajko (JAJ,) 1 szt masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki (GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl) (SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g herbata bez cukru 250 ml chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g
	PN	paluszek drożdżowy (2szt) (GLU PSZ, JAJ, MLE,) 2 szt			paluszek drożdżowy (2szt) (GLU PSZ, JAJ, MLE,) 2 szt	biszkopty (5 szt) 20 g	paluszek drożdżowy (2szt) (GLU PSZ, JAJ, MLE,) 2 szt

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-26 piątek	Śniadanie	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałatka z tuńczykiem+ryż+grosz+papr+cebu+ jajo+ kuku+ szczp+ majonez ligh(RYB ,JAJA) 100 g masło roślinne 10 g Chleb żytni z soją 2 kromki (GLU ZYT, GLU PSZ,) 60 kg	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło roślinne 10 g	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło roślinne 10 g		kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt masło roślinne 10 g
	II ŚN	kefir z czarną porzeczką i z siemieniem lnianym(MLE,) 150 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	kefir z czarną porzeczką i z siemieniem lnianym(MLE,) 150 ml		kefir z czarną porzeczką i z siemieniem lnianym(MLE,) 150 ml
	Obiad	krupnik z zieleciną(GLU JECZ,SEL,MLE,) 350 ml ryba panierowana(GLU PSZ,JAJ,) 140 g kapusta zasmażana(GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z zieleciną(GLU JECZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	krupnik z zieleciną(GLU JECZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		krupnik z zieleciną(GLU JECZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			pomidor 100 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g masło roślinne 10 g
	Kolacja	sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+nat.t.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+nat.t.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-27 sobota	Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml twarożek ze szczypiorkiem(MLE,) 80 g sałatka z groszku+marchew+olej+bazyli 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze szczypiorkiem(MLE,) 80 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	kisiel 150 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	kisiel 150 ml	kisiel 150 ml ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g	kisiel b/cukru 150 ml
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g
	Kolacja	pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 84 g herbata z cukrem 250 ml	pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml
	PN	jogurt(MLE,) 150 ml				jogurt(MLE,) 150 ml	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-300, Leżajsk **Diagnozy z 17. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-22 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA OGÓLNA**

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-04-28 niedziela	Śniadanie	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ.) 35 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE.) 100 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 84 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ.) 35 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE.) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ.) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ.) 35 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE.) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ.) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ.) 35 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE.) 100 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ.) 68 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ.) 35 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE.) 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml		jabłko 120 g
	Obiad	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ, SEL.) 350 ml udko z kurczaka pieczone 130 g ziemniaki z koperkiem 250 g ćwikła 150 g kompot jabłkowy 250 ml		sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ.) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ, SEL.) 350 ml udko z kurczaka pieczone 130 g ziemniaki z koperkiem 250 g buraczki(GLU PSZ.) 150 g kompot z miąższem owocowym 250 ml		Rosół z makaronem orkiszowym i ziel(GLU PSZE, SEL) 350 ml udko z kurczaka pieczone 130 g ziemniaki z koperkiem 250 g brokuł got.-różyczki 100 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g	biszkopty (5 szt) 20 g	pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ.) 30 g
	Kolacja	ser topiony(MLE) 50 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 84 g herbata z cukrem 250 ml	herbata z cukrem 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g jajko(JAJ,) 1 szt chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ.) 95 g masło roślinne 10 g	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ.) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ.) 68 g herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ.) 60 g herbata bez cukru 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-300, Leżajsk
 Dieta - jadłospisy z 17. tygodnia, tj. od dnia 2024-04-22 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA OGÓLNA

		płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	
2024-04-22, poniedziałek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JE CZ, MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	południca sopocka (1 plaster)(SOJ,) 20 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JE CZ, MLE,) 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JE CZ, MLE,) 250 ml południca sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JE CZ, MLE,) 250 ml południca sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g jajko(JAJ,) 1 szt sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko 120 g	Budyń(GLU PSZ, MLE,) 150 ml			
	Obiad	ziemniaczana z zieleniną 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z zieleniną 300 ml makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ, MLE,) 350 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	mała ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZE, MLE, SEL) 175 ml naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ, MLE, JAJ) 260 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleniną 300 ml naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ, MLE, JAJ) 260 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml		
	PD		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 1 kromka 30 g				
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	dżem owocowy 25 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		
	PN				kefir(MLE,) 150 ml	Ciasto drożdżowe z jabłkami(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 60 g	bułeczka drożdżowa z marmoladą(GLU PSZ, MLE, JAJ) 60 g	

		płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	
2024-04-23 wtorek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser topiony(MLE) 50 g pomidor 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata zielona b/cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g pomidor b/ skórki 50 g masło (MLE) 10 g herbata zielona z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pomidor b/ skórki 50 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata zielona z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata zielona z cukrem 250 ml	
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	kefir z czarną porzeczką(MLE,) 150 ml				
	Obiad	kalafiorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kalafiorowa z ryżem i zieleniną b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kalafiorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml kluski śląskie (8 szt)(JAJ,) 300 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mala kalafiorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ, MLE, SEL) 350 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g małe ziemniaki z koperkiem 70 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	kalafiorowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g				
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały (MLE) 70 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN			jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g			

		płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-04-24 środa	Sniadanie	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ,GLU JĘCZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałatka z ciecierzycą, marchwią, kap. pekińską, słonecz.,pest.dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr 80 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt herbata bez cukru 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko 120 g	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml		
	Obiad	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wisz) 250 ml	Mały rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną (SEL) 175 ml Mała Pierogi leniwe (4 szt) z białym serem (GLU PSZE JAJ, MLEKO) 150 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	
	PD		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g			
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN			jogurt(MLE,) 150 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml		

		płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-04-26 piątek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml ser biały (MLE) 70 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło (MLE) 10 g	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło (MLE) 10 g	
	II ŚN	sok pomidorowy 300 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	kefir z czarną porzeczką i z siemieniem lnianym(MLE,) 150 ml	pączek (1szt)(GLU PSZ ,JAJ,MLE,) 1 szt		
	Obiad	krupnik z mięsem mix(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml		krupnik z zieleciną(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml jajko sadzone(JAJ,) 1 szt bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	mały krupnik z zieleciną (GLU,JEĆZ,SEL,MLE) 175 ml Dorsz po grecku (SEL) 130 kg bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g małe ziemniaki z koperkiem 70 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z zieleciną(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml Dorsz po grecku (SEL) 130 kg bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml				
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+na t.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN			jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		

		płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2024-04-27 sobota	Śniadanie	płatki owsiane na mleku z bułką mix(GLU PSZ,GLU OW,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze szczypiorkiem(MLE,) 80 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	kisiel b/cukru 150 ml	ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JĘCZ,GLU OW,MLE,SOJ OZI) 50 g kisiel 150 ml		
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Barszcz czerwony z mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g kompot jabłkowy 250 ml	
	PD		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g			
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		
	PN			jogurt(MLE,) 150 ml	sok owocowy 300 ml		

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-22 poniedziałek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JE CZ, MLE,) 250 ml południca sopocka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki 68 g mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	Budyń(GLU PSZ, MLE,) 150 ml
	Obiad	ziemniaczana z mięsem mix 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z zieleniną 300 ml naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ, MLE, JAJ) 260 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD		owsianka z jabłkami(GLU OW, MLE,) 300 ml
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g dżem owocowy 25 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml bułeczka drożdżowa z marmoladą(GLU PSZ, MLE, JAJ) 60 g
	PN		

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-23 wtorek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g pomidor b/ skórki 50 g masło (MLE,) 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata zielona z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	kefir z czarną porzeczką(MLE,) 150 ml
	Obiad	kalafiorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kalafiorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD		sok owocowy 300 ml
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml
PN		jabłko gotowane 120 g	

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-24-środa	Śniadanie		szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g sał.makaron.+march.+fasol.szpa rag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN		kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml
	Obiad		Rosolnik z kaszą jaglaną i zieleniną(SEL,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		
	Kolacja		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		galaretka owocowa do picia 200 ml

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-25 czwartek	Śniadanie	płatki orkiszowe z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki orkiszowe na mleku(GLU PSZ,MLE,) 250 ml szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g sałatka z k.jęczm+fazolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g masło (MLE,) 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g
	Obiad	brokułowa z ryżem i mięsem mix(GLU PSZ,SEL) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Ryżowa z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml kotlet wiedeński z indyka (GLU, PSZ, MLE, JAJ) 120 g ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		sok owocowy 300 ml
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		paluszek drożdżowy (2szt)(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 2 szt

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-26 piątek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	kakao na mleku z cukrem(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło (MLE) 10 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kefir z czarną porzeczką i z siemieniem lnianym(MLE,) 150 ml
	Obiad	herbata z cukrem 250 ml krupnik z mięsem mix(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml	krupnik z zieleciną(GLU JEĆZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		mus owocowy 200 g
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko gotowane 120 g

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-27 sobota	Śniadanie	płatki owsiane na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU OW, MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU OW) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyliia 80 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	kisiel 150 ml
	Obiad	jarzynowa z makaronem i mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zielenią(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy 250 ml
	PD		jabłko gotowane 120 g
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	pasta z jaj z koperkiem(JAJ, MLE,) 90 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jogurt(MLE,) 150 ml

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-04-28 niedziela	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat.(MLE,) 100 g dżem owocowy 25 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml
	II ŚN	sok owocowy 300 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i ziel(GLU PSZ,SEL,) 350 ml udko z kurczaka pieczone 130 g ziemniaki z koperkiem 250 g ćwikła 150 g kompot z mięszem owocowym 250 ml
	PD		jabłko 120 g
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko gotowane 120 g

SP ZOZ Leżajsk

ul. Leśna 22, 37-300, Leżajsk

Oznaczenia wskaźników odż.:

E - Wartość energ. [kcal],

- Białko ogółem,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,

- Sód,

- Wapń,

- Kwasy tłuszczowe nasycone C 4:0,

Bł - Błonnik pokarmowy,