

	Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	plátky ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałatka wiosenna (ogór+pom+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata z cukrem 250 ml	plátky ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	plátky ryżowe z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 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 sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	plátky ryżowe z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
		jabłko pieczone z cynamonem 120 g			sok owocowy 300 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g			sok owocowy 300 ml
		Obiad	Pomidorowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Pierogi leniwe z b.ser. masłem i m. pełnoziarnistą(GLU PSZ,ML,JAJ) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	tomatowa z makaronem i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	tomatowa z makaronem i mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Pierogi leniwe z b.ser. masłem i m. pełnoziarnistą(GLU PSZ,ML,JAJ) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml pierogi leniwe (8szt) z białym serem(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 g fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
PD			jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	jajko(JAJ,) 1 szt chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g				

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-300, Leżajsk **Żywność** **Spisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA OGÓLNA**

	Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M
2024-05-20 poniedziałek	Kolacja	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sał z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g BULGUR+sał+ pap+ march+ceb+ rodzi+ kukur+ grosz+ jog (GLU PSZE,MLE,) 130 g masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g herbata z cukrem 250 ml	sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 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 sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	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 topiony(MLE) 50 g sał.z kaszą BULGUR+march+grosz+sał+jogurt nat(GLU PSZE, MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	
	PN	jogurt z musem truskawkowym(MLE,) 150 ml				jogurt z musem truskawkowym(MLE,) 150 ml				
	E: 2324.72 kcal; : 75.99 g; T: 77.92 g; W: 348.37 g; w tym cukry: 74.94 g; Bł: 30.32 g; Sól: 4.91 g; Kw. tł.nas: 19.40 g;	E: 2145.76 kcal; : 318.65 g; w tym cukry: 64.88 g; Bł: 22.54 g; Sól: 3.86 g; Kw. tł.nas: 16.18 g;	E: 2062.57 kcal; : 82.15 g; T: 81.14 g; W: 268.69 g; w tym cukry: 39.96 g; Bł: 31.54 g; Sól: 4.06 g; Kw. tł.nas: 18.39 g;	E: 1846.01 kcal; : 80.02 g; T: 59.33 g; W: 255.10 g; w tym cukry: 43.44 g; Bł: 9.97 g; Sól: 4.13 g; Kw. tł.nas: 18.83 g;	E: 1579.88 kcal; : 106.59 g; T: 47.65 g; W: 189.75 g; w tym cukry: 28.71 g; Bł: 16.24 g; Sól: 1.34 g; Kw. tł.nas: 12.03 g;	E: 2079.35 kcal; : 85.34 g; T: 80.42 g; W: 268.07 g; w tym cukry: 40.42 g; Bł: 31.54 g; Sól: 4.27 g; Kw. tł.nas: 24.64 g;	E: 1796.01 kcal; : 64.26 g; T: 62.87 g; W: 254.76 g; w tym cukry: 53.32 g; Bł: 16.91 g; Sól: 3.24 g; Kw. tł.nas: 13.62 g;	E: 1865.67 kcal; : 66.56 g; T: 63.25 g; W: 269.43 g; w tym cukry: 53.46 g; Bł: 17.64 g; Sól: 3.55 g; Kw. tł.nas: 13.71 g;	E: 1600.64 kcal; : 58.60 g; T: 42.78 g; W: 252.62 g; w tym cukry: 44.51 g; Bł: 10.16 g; Sól: 3.95 g; Kw. tł.nas: 15.31 g;	
2024-05-21 wtorek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+nat k.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+nat k.pietr.+jog.nat.(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb żytni wieloziarnisty 2 kromki(GLU PSZE,GLU ŻYT) 60 g	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt sałatka z fas. JAŚ,march. i kap.pekiń+olej słonecz. 80 g masło roślinne 15 g chleb żytni wieloziarnisty 2 kromki(GLU PSZE,GLU ŻYT) 60 g	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g		grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	

	Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/ML
2024-05-21 wtorek	II ŚN	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml			jabłko 120 g	sok owocowy 300 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml		sok owocowy 300 ml
	Obiad	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml bigos z białej kapusty z kielbasą i mięsem(GLU PSZ,SOJ,) 260 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	jarzynowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	jarzynowa z ryżem z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Kotlet ziemniaczany z cebulką 2 szt (GLU PSZ,JAJ,) 150 g surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	jarzynowa z makaronem i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml
	PD				pomidor 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	herbata z cukrem 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 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 bez cukru 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	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	herbata bez cukru 250 ml sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	herbata z cukrem 250 ml ser biały (MLE) 70 g dżem owocowy 25 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
PN	Ciasto drożdżowe z rabarbarem(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g jabłko 120 g	Ciasto drożdżowe z rabarbarem(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g		kefir(MLE,) 150 ml			kefir(MLE,) 150 ml	sok owocowy 300 ml		

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/ML	
024-05-21 wtorek		E: 2146.14 kcal; : 88.82 g; T: 62.07 g; W: 322.62 g; w tym cukry: 89.77 g; Bł: 29.94 g; Sól: 4.45 g; Kw. tł.nas: 18.96 g;	E: 2159.07 kcal; : 93.67 g; T: 60.00 g; W: 327.79 g; w tym cukry: 83.51 g; Bł: 24.26 g; Sól: 4.75 g; Kw. tł.nas: 17.19 g;	E: 2160.61 kcal; : 94.10 g; T: 59.93 g; W: 327.87 g; w tym cukry: 80.37 g; Bł: 24.07 g; Sól: 4.78 g; Kw. tł.nas: 17.36 g;	E: 2016.29 kcal; : 88.03 g; T: 69.27 g; W: 276.53 g; w tym cukry: 60.89 g; Bł: 27.41 g; Sól: 4.12 g; Kw. tł.nas: 19.07 g;	E: 1892.66 kcal; : 81.75 g; T: 59.85 g; W: 263.90 g; w tym cukry: 45.06 g; Bł: 10.98 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 19.93 g;	E: 1564.79 kcal; : 105.65 g; T: 47.52 g; W: 187.63 g; w tym cukry: 29.44 g; Bł: 16.66 g; Sól: 1.22 g; Kw. tł.nas: 12.02 g;	E: 1972.95 kcal; : 86.77 g; T: 78.54 g; W: 240.07 g; w tym cukry: 73.95 g; Bł: 23.77 g; Sól: 4.13 g; Kw. tł.nas: 26.95 g;	E: 1812.84 kcal; : 78.19 g; T: 44.72 g; W: 288.29 g; w tym cukry: 110.96 g; Bł: 19.49 g; Sól: 3.54 g; Kw. tł.nas: 17.65 g;		E: 1893.07 kcal; : 82.35 g; T: 59.96 g; W: 263.01 g; w tym cukry: 44.52 g; Bł: 10.69 g; Sól: 4.22 g; Kw. tł.nas: 19.92 g;	
2024-05-22 środa		Śniadanie										
II ŚN		płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml ser topiony(MLE) 50 g bukiet jesienny (grosz+kalaf+march ) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 10 g chleb żytni 2 kromki(GLU PSZE,GLU ŻYT) 60 g herbata owocowa z cukrem 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g bukiet jesienny (grosz+kalaf+march ) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata owocowa z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g bukiet jesienny (grosz+kalaf+march ) z dipem ziołowym+olej 100 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb żytni 2 kromki(GLU PSZE,GLU ŻYT) 60 g herbata owocowa b/cukru 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g bukiet jesienny (grosz+kalaf+march ) z dipem ziołowym+olej 100 g jajko(JAJ,) 1 szt masło roślinne 10 g chleb żytni 2 kromki(GLU PSZE,GLU ŻYT) 60 g herbata owocowa b/cukru 250 ml	ser biały (MLE) 70 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata owocowa z cukrem 250 ml	ser biały (MLE) 70 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata owocowa z cukrem 250 ml masło (MLE) 10 g	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	
II ŚN		jogurt porzeczkowy z otrębami(MLE,) 150 ml		jogurt porzeczkowy z otrębami(MLE,) 150 ml jabłko 120 g	sok pomidorowy 300 ml	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jogurt porzeczkowy z otrębami(MLE,) 150 ml jabłko 120 g	paćczek (1szt)(GLU PSZ ,JAJ,MLE,) 1 szt	sok pomidorowy 330 ml			
Obiad		Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml krokiety (2 szt)(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 200 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml				

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M
2024-05-22 środa	PD				pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g			
	Kolacja	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z og. kiszzonego bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml		szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g jajko(JAJ,) 1 szt sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	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 topiony(MLE) 50 g sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	kiełbasa szynkowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g ogórek kiszony( plastry) 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml		grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g			jabłko 120 g jogurt(MLE,) 150 ml		jabłko gotowane 120 g	
		E: 2038.23 kcal; : 67.71 g; T: 75.44 g; W: 289.20 g; w tym cukry: 69.94 g; Bł: 30.90 g; Sól: 8.08 g; Kw. tł.nas: 22.69 g;	E: 2050.35 kcal; : 67.87 g; T: 63.94 g; W: 317.56 g; w tym cukry: 68.53 g; Bł: 24.44 g; Sól: 6.20 g; Kw. tł.nas: 16.87 g;		E: 2025.07 kcal; : 80.87 g; T: 77.71 g; W: 271.50 g; w tym cukry: 49.27 g; Bł: 36.20 g; Sól: 6.51 g; Kw. tł.nas: 19.75 g;	E: 1477.13 kcal; : 67.30 g; T: 54.27 g; W: 185.91 g; w tym cukry: 46.56 g; Bł: 11.77 g; Sól: 3.41 g; Kw. tł.nas: 17.55 g;	E: 1655.96 kcal; : 86.18 g; T: 61.95 g; W: 197.63 g; w tym cukry: 33.40 g; Bł: 19.46 g; Sól: 1.74 g; Kw. tł.nas: 16.01 g;	E: 2055.81 kcal; : 78.15 g; T: 76.89 g; W: 279.20 g; w tym cukry: 56.07 g; Bł: 36.20 g; Sól: 6.34 g; Kw. tł.nas: 27.00 g;	E: 1795.37 kcal; : 51.68 g; T: 50.76 g; W: 293.52 g; w tym cukry: 68.10 g; Bł: 17.89 g; Sól: 4.28 g; Kw. tł.nas: 17.31 g;	E: 1859.48 kcal; : 51.74 g; T: 57.83 g; W: 293.58 g; w tym cukry: 68.15 g; Bł: 17.89 g; Sól: 4.28 g; Kw. tł.nas: 22.00 g;	E: 2129.23 kcal; : 83.28 g; T: 73.18 g; W: 291.66 g; w tym cukry: 60.98 g; Bł: 13.80 g; Sól: 4.91 g; Kw. tł.nas: 22.78 g;

	Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	
2024-05-23 czwartek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml kielbasa wieprzowa 100%(2 plastry) 35 g sał ryżowa+sał+mar+ceb+pap+rodz+kuk+grosz+jog nat (MLE,) 130 g masło roślinne 15 g Chleb żytni z soją 2 kromki ( GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 kg	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka konserwowa drobiowa ( 2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka konserwowa drobiowa ( 2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g masło roślinne 15 g Chleb żytni z soją 2 kromki ( GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 kg	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g masło roślinne 15 g Chleb żytni z soją 2 kromki ( GLU ŻYT, GLU PSZ,) 60 kg	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka konserwowa drobiowa ( 2 plastry)(SOJ,) 35 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT,GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml szynka konserwowa drobiowa ( 2 plastry)(SOJ,) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	
		pomarańcza (1szt) 330 g		Banan 200 g	pomarańcza (1szt) 330 g	sok pomidorowy 300 ml	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	pomarańcza (1szt) 330 g	jabłko 120 g	Banan 200 g	sok owocowy 300 ml
		Obiad	zupa grochowa z zieleniną(GLU PSZ,) 350 ml sznyceł wieprzowy(GLU PSZ,JAJ,) 120 g Pęczak(GLU JĘCZ,) 200 g ćwikła 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g ćwikła 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g buraczkki(GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g ćwikła 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata bez cukru 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml jajko sadzone(JAJ,) 1 szt kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g ćwikła 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	mała ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZE, MLE, SEL) 175 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g buraczkki(GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g buraczkki(GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml
PD			ser biały z koperkiem(MLE) 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g					

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/ML
2024-05-23 czwartek	Kolacja	konserwa rybna(GLU PSZ,RYB,) 75 g pomidor 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g jajko(JAJ,) 1 szt herbata z cukrem 250 ml	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g herbata bez cukru 250 ml	dżem owocowy 25 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	dżem owocowy 25 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml						maślanka(MLE,) 150 ml	mus owocowy 200 g		
		E: 2171.35 kcal; : 89.45 g; T: 62.71 g; W: 323.89 g; w tym cukry: 86.54 g; Bł: 37.54 g; Sól: 4.36 g; Kw. tł.nas: 15.62 g;	E: 2055.77 kcal; : 79.09 g; T: 63.74 g; W: 305.08 g; w tym cukry: 89.68 g; Bł: 28.08 g; Sól: 3.94 g; Kw. tł.nas: 16.29 g;	E: 2132.96 kcal; : 78.90 g; T: 67.30 g; W: 315.72 g; w tym cukry: 96.82 g; Bł: 25.99 g; Sól: 3.93 g; Kw. tł.nas: 17.50 g;	E: 2135.24 kcal; : 92.79 g; T: 71.94 g; W: 292.38 g; w tym cukry: 77.79 g; Bł: 30.16 g; Sól: 4.46 g; Kw. tł.nas: 19.35 g;	E: 1981.98 kcal; : 82.86 g; T: 73.11 g; W: 254.99 g; w tym cukry: 32.03 g; Bł: 12.99 g; Sól: 4.74 g; Kw. tł.nas: 22.75 g;	E: 1677.59 kcal; : 107.58 g; T: 55.25 g; W: 196.75 g; w tym cukry: 33.49 g; Bł: 19.58 g; Sól: 1.81 g; Kw. tł.nas: 14.17 g;	E: 2003.30 kcal; : 86.89 g; T: 70.43 g; W: 267.07 g; w tym cukry: 73.76 g; Bł: 26.90 g; Sól: 4.98 g; Kw. tł.nas: 25.79 g;	E: 1792.63 kcal; : 57.16 g; T: 50.92 g; W: 285.79 g; w tym cukry: 124.47 g; Bł: 19.75 g; Sól: 3.06 g; Kw. tł.nas: 16.97 g;	E: 2156.58 kcal; : 64.00 g; T: 59.54 g; W: 352.71 g; w tym cukry: 146.95 g; Bł: 23.73 g; Sól: 3.58 g; Kw. tł.nas: 15.43 g;	E: 1995.98 kcal; : 82.56 g; T: 73.41 g; W: 258.69 g; w tym cukry: 29.43 g; Bł: 11.89 g; Sól: 4.26 g; Kw. tł.nas: 22.70 g;
2024-05-24 piątek	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g jajko(JAJ,) 1 szt ogórek świeży (plastry) 50 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g masło roślinne 15 g herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana 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 żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ogórek świeży (plastry) 50 g masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g masło (MLE) 10 g herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) ml herbata z cukrem 250 ml		
	II ŚN	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,) 50 g			jabłko 120 g	sok pomidorowy 300 ml	sok pomidorowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,) 50 g		sok pomidorowy 300 ml	

	Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	
2024-05-24 piątek	<b>Obiad</b>	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml kroket mielony z ryby(GLU PSZ,RYB,JAJ,) 130 g kapusta zasmażana(GLU PSZ,) 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g sos koperkowy (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	krupnik z mięsem mix(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml herbata z cukrem 250 ml		krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml kluski śląskie z jabłkiem (6 szt) 300 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	herbata z cukrem 250 ml krupnik z mięsem mix(GLU JĘCZ,SEL,MLE,) 350 ml		
	<b>PD</b>			pomidor 100 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g masło roślinne 15 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml					
	<b>Kolacja</b>	sałatka jarzyn.+og.kisz.+ku kur.+jajko+nat.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ, MLE,) 100 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 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 graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	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.+ku kur.+jajko+nat.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ, MLE,) 100 g masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml herbata z cukrem 250 ml	
	<b>PN</b>	jogurt z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml					jogurt z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml	sałatka owocowa z jabłkiem i bananem 200 g			
	E: 2125.84 kcal; : 72.41 g; T: 78.77 g; W: 295.16 g; w tym cukry: 66.28 g; Bł: 29.82 g; Sól: 4.28 g; Kw. tł.nas: 19.08 g;	E: 2091.08 kcal; : 71.78 g; T: 70.31 g; W: 304.23 g; w tym cukry: 74.72 g; Bł: 25.30 g; Sól: 3.17 g; Kw. tł.nas: 16.06 g;	E: 2128.77 kcal; : 72.23 g; T: 74.24 g; W: 304.33 g; w tym cukry: 71.60 g; Bł: 25.11 g; Sól: 3.22 g; Kw. tł.nas: 17.14 g;	E: 1948.10 kcal; : 74.61 g; T: 72.47 g; W: 266.62 g; w tym cukry: 50.73 g; Bł: 35.21 g; Sól: 3.99 g; Kw. tł.nas: 17.16 g;	E: 1856.35 kcal; : 76.67 g; T: 72.26 g; W: 229.37 g; w tym cukry: 46.22 g; Bł: 11.41 g; Sól: 4.17 g; Kw. tł.nas: 22.59 g;	E: 1587.49 kcal; : 84.18 g; T: 62.12 g; W: 181.73 g; w tym cukry: 31.66 g; Bł: 18.40 g; Sól: 1.61 g; Kw. tł.nas: 16.02 g;	E: 2063.09 kcal; : 51.45 g; T: 73.09 g; W: 311.16 g; w tym cukry: 49.93 g; Bł: 23.43 g; Sól: 3.54 g; Kw. tł.nas: 19.95 g;	E: 1770.14 kcal; : 53.98 g; T: 59.45 g; W: 267.33 g; w tym cukry: 74.77 g; Bł: 25.37 g; Sól: 2.26 g; Kw. tł.nas: 14.59 g;	E: 1857.86 kcal; : 56.87 g; T: 59.92 g; W: 285.79 g; w tym cukry: 74.94 g; Bł: 26.29 g; Sól: 2.64 g; Kw. tł.nas: 14.69 g;	E: 1217.96 kcal; : 56.98 g; T: 49.66 g; W: 139.94 g; w tym cukry: 32.90 g; Bł: 7.92 g; Sól: 2.69 g; Kw. tł.nas: 14.97 g;	



	Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M
2024-05-25 sobota	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g	grysik na mleku z bułką mix 300 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	ser żółty (2 plastry) 35 g	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g	grysik na mleku z bułką mix 300 ml
		szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g	herbata z cukrem 250 ml	herbata z cukrem 250 ml	herbata z cukrem 250 ml	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g	masło roślinne (10 g) 10 g	herbata z cukrem 250 ml
		masło roślinne 15 g	chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	herbata bez cukru 250 ml	herbata bez cukru 250 ml	herbata bez cukru 250 ml	chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g	chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kisiel 150 ml		kisiel b/cukru 150 ml	sok owocowy 300 ml	sok owocowy 300 ml	jabłko 120 g	kisiel 150 ml		sok pomidorowy 330 ml
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i zielenią 350 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zielenią 350 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zielenią 350 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix 350 ml	Barszcz czerwony z mięsem mix b/śmietany 350 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zielenią 350 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zielenią 350 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zielenią 350 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix 350 ml
	PD	wątróbka drob.z cebulką smażoną 120 g	Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g	Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g	herbata z cukrem 250 ml	herbata z cukrem 250 ml	Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g	Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g	Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g	herbata z cukrem 250 ml
		surówka z marchwi i jabłka 150 g	surówka z marchwi i jabłka 150 g	surówka z marchwi i jabłka 150 g	oprószana 150 g	jabłka 150 g	surówka z marchwi i jabłka 150 g	surówka z marchwi i jabłka 150 g	kompot z miąższem owocowym 250 ml	kompot z miąższem owocowym 250 ml
		koperkiem 250 g	kompot jabłkowy 250 ml	kompot jabłkowy b/cukru 250 ml			kompot z miąższem owocowym b/ cukru 250 ml	kompot z miąższem owocowym 250 ml		
				pomidor 50 g	masło roślinne (10 g) 10 g	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g			chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/ML
2024-05-25 sobota	Kolacja	twarożek z rzodkiewką 80 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 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 Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml	ser biały z koperkiem 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 95 g masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g masło roślinne 15 g herbata bez cukru 250 ml	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	twarożek z rzodkiewką 80 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 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 Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml	ser biały z koperkiem 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml jabłko 120 g	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml		Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml				Kefir z truskawkami(MLE,) 150 ml jabłko 120 g			
		E: 2062.22 kcal; : 84.69 g; T: 70.13 g; W: 292.51 g; w tym cukry: 85.27 g; Bł: 30.17 g; Sól: 4.60 g; Kw. tł.nas: 17.59 g;	E: 2001.76 kcal; : 65.09 g; T: 63.98 g; W: 308.83 g; w tym cukry: 84.82 g; Bł: 24.90 g; Sól: 4.61 g; Kw. tł.nas: 14.70 g;	E: 2045.03 kcal; : 65.84 g; T: 67.97 g; W: 310.36 g; w tym cukry: 82.17 g; Bł: 25.62 g; Sól: 4.70 g; Kw. tł.nas: 15.79 g;	E: 2003.12 kcal; : 60.53 g; T: 76.27 g; W: 287.84 g; w tym cukry: 61.26 g; Bł: 28.95 g; Sól: 4.59 g; Kw. tł.nas: 15.98 g;	E: 2038.82 kcal; : 83.32 g; T: 69.45 g; W: 278.07 g; w tym cukry: 47.63 g; Bł: 12.92 g; Sól: 4.29 g; Kw. tł.nas: 21.66 g;	E: 1531.30 kcal; : 86.21 g; T: 46.22 g; W: 202.52 g; w tym cukry: 32.73 g; Bł: 18.60 g; Sól: 1.11 g; Kw. tł.nas: 11.72 g;	E: 2002.81 kcal; : 65.78 g; T: 76.43 g; W: 280.91 g; w tym cukry: 64.35 g; Bł: 36.35 g; Sól: 4.11 g; Kw. tł.nas: 20.88 g;	E: 1588.14 kcal; : 49.36 g; T: 49.45 g; W: 249.32 g; w tym cukry: 73.73 g; Bł: 19.01 g; Sól: 3.23 g; Kw. tł.nas: 11.50 g;	E: 1836.26 kcal; : 54.29 g; T: 58.50 g; W: 287.53 g; w tym cukry: 81.13 g; Bł: 21.93 g; Sól: 3.89 g; Kw. tł.nas: 13.53 g;	E: 2026.62 kcal; : 83.70 g; T: 69.17 g; W: 274.75 g; w tym cukry: 50.49 g; Bł: 14.13 g; Sól: 4.82 g; Kw. tł.nas: 21.72 g;
2024-05-26 niedziela	Śniadanie	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jęczm+fazolka+m arch.+natka+jog.nat . 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jęczm+fazolka+m arch.+natka+jog.nat . 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml		szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g jajko(JAJ,) 1 szt sałatka z k.jęczm+fazolka+m arch.+natka+jog.nat . 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix 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 ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka z k.jęczm+fazolka+m arch.+natka+jog.nat .(MLE,) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g	szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml			jabłko 120 g	sok owocowy 300 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml	jabłko 120 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	galaretka owocowa do picia 200 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml jabłko 120 g	sok pomidorowy 330 ml

	Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (wrzodowa) - 4	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	
2024-05-26 niedziela	Oblad	selerowa z ziemniakami i zieleniną 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym 200 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z mięszem owocowym 250 ml		selerowa z ziemniakami i zieleniną 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym 200 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z mięszem owocowym b/ cukru 250 ml	selerowa z ziemniakami i mięsem mix 350 ml herbata z cukrem 250 ml	selerowa z ziemniakami i mięsem mix b/śmietany 350 ml herbata z cukrem 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml Kotlet ziemniaczany z cebulką 2 szt (GLU PSZ,JAJ,) 150 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g kompot z mięszem owocowym 250 ml		selerowa z ziemniakami i mięsem mix 350 ml herbata z cukrem 250 ml	
	PD			pomidor 100 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 1 kromka 30 g		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml	pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g				
	Kolacja	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser topiony(MLE) 50 g masło roślinne 15 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata bez cukru 250 ml	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(MLE) 80 g ser topiony(MLE) 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g dżem owocowy 25 g pomidor b/ skórki 50 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 dżem owocowy 25 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g			jabłko 120 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	sok owocowy 300 ml		
		E: 2125.47 kcal; : 71.44 g; T: 69.28 g; W: 321.18 g; w tym cukry: 61.75 g; Bł: 28.36 g; Sól: 5.54 g; Kw. tł.nas: 20.04 g;	E: 2057.12 kcal; : 78.92 g; T: 58.90 g; W: 317.99 g; w tym cukry: 64.21 g; Bł: 23.78 g; Sól: 4.48 g; Kw. tł.nas: 14.14 g;		E: 2021.91 kcal; : 83.33 g; T: 68.88 g; W: 288.44 g; w tym cukry: 52.44 g; Bł: 34.76 g; Sól: 4.73 g; Kw. tł.nas: 15.49 g;	E: 2064.26 kcal; : 82.89 g; T: 73.48 g; W: 275.84 g; w tym cukry: 45.49 g; Bł: 12.91 g; Sól: 4.30 g; Kw. tł.nas: 22.71 g;	E: 1520.59 kcal; : 85.77 g; T: 46.25 g; W: 200.27 g; w tym cukry: 30.57 g; Bł: 18.59 g; Sól: 1.11 g; Kw. tł.nas: 11.71 g;	E: 2021.06 kcal; : 79.20 g; T: 78.66 g; W: 264.85 g; w tym cukry: 60.68 g; Bł: 33.65 g; Sól: 5.39 g; Kw. tł.nas: 27.56 g;	E: 1773.75 kcal; : 68.93 g; T: 49.33 g; W: 274.37 g; w tym cukry: 80.00 g; Bł: 13.37 g; Sól: 3.13 g; Kw. tł.nas: 11.89 g;	E: 1809.55 kcal; : 70.88 g; T: 46.17 g; W: 286.39 g; w tym cukry: 77.73 g; Bł: 15.82 g; Sól: 3.60 g; Kw. tł.nas: 11.68 g;	E: 2052.06 kcal; : 83.27 g; T: 73.20 g; W: 272.52 g; w tym cukry: 48.35 g; Bł: 14.12 g; Sól: 4.83 g; Kw. tł.nas: 22.77 g;

		łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g masło(MLE,) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml			
	II ŚN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 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	biskopki (5 szt) 20 g			

		łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-05-20 poniedziałek	Kolacja	szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sał.z kaszą BULGUR+march+gr osz+sał+jogurt nat( GLU PSZE, MLE,) 80 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml			
	PN	jogurt z musem truskawkowym(MLE,) 150 ml			
		E: 2290.90 kcal; : 85.79 g; T: 73.60 g; W: 335.41 g; w tym cukry: 74.50 g; Bł: 22.44 g; Sól: 3.75 g; Kw. tł.nas: 17.04 g;			
2024-05-21 wtorek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JECZ, MLE,) 250 ml szynka biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g sał.makaron.+marc h.+fasol.szparag.+n atk.pietr.+jog.nat.(M LE,) 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JECZ, MLE,) 250 ml szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sał.makaron.+marc h.+fasol.szparag.+n atk.pietr.+jog.nat.(M LE,) 100 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	

		łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-05-21 wtorek	II ŚN	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml biszkopty (5 szt) 20 g	
	Obiad	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g ziemniaki z koperkiem 250 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	jarzynowa z ryżem i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ,SEL,MLE,) 130 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	
	PD	ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JECZ,GLU OŪ,MLE,SOJ OZI) 50 g	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml		
	Kolacja	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	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 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	
	PN	Ciasto drożdżowe z rabarbarem(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g		biszkopty (5 szt) 20 g	

		łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
024-05-21 wtorek		E: 2372.73 kcal; : 103.02 g; T: 60.34 g; W: 372.55 g; w tym cukry: 93.27 g; Bf: 26.16 g; Sól: 4.96 g; Kw. tł.nas: 18.60 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bf: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2093.21 kcal; : 94.17 g; T: 46.82 g; W: 339.20 g; w tym cukry: 75.24 g; Bf: 23.92 g; Sól: 4.68 g; Kw. tł.nas: 14.69 g;	
2024-05-22 środa	Śniadanie	płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g bukiet jesienny (grosz+kalaf+march ) z dipem ziołowym+olej 100 g masło (MLE) 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata owocowa z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ŻYT,MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g bukiet jesienny (grosz+kalaf+march ) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt herbata owocowa z cukrem 250 ml	ser biały (MLE) 70 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata owocowa z cukrem 250 ml
	II ŚN	paćzek (1szt)(GLU PSZ ,JAJ,MLE,) 1 szt	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	jogurt porzeczkowy z otrębami(MLE,) 150 ml	paćzek (1szt)(GLU PSZ ,JAJ,MLE,) 1 szt
	Obiad	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml 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	Solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml	Mała solferino z zieleniną( GLU PSZE, MLE) 175 ml rizotto z warzywami(SEL,) 200 g sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml

		łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-05-22 środa	PD		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml		
	Kolacja	kielbasa szynkowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka z og. kiszongo bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g 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 biała z indyka (2 plastry)(SOJ,) 35 g miód naturalny 25 g sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml	kielbasa szynkowa (1 plaster)(SOJ,) 20 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	
		E: 2418.44 kcal; : 75.65 g; T: 72.36 g; W: 380.83 g; w tym cukry: 95.97 g; Bł: 25.55 g; Sól: 6.31 g; Kw. tł.nas: 27.77 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2133.18 kcal; : 63.44 g; T: 46.80 g; W: 379.19 g; w tym cukry: 69.65 g; Bł: 22.86 g; Sól: 4.08 g; Kw. tł.nas: 13.89 g;	E: 1556.55 kcal; : 40.96 g; T: 53.50 g; W: 235.59 g; w tym cukry: 65.76 g; Bł: 13.82 g; Sól: 2.12 g; Kw. tł.nas: 21.04 g;



	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	
2024-05-23 czwartek	<b>Śniadanie</b>	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka ryżowa+march+gros z+sał+jog nat(MLE,) 80 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g sałatka ryżowa+march+gros z+sał+jog nat(MLE,) 80 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml szynka konserwowa drobiowa (1 plaster)((SOJ,) 20 g masło(MLE,) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g
	<b>II ŚN</b>	Banan 200 g	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	Banan 200 g	jabłko 120 g
	<b>Obiad</b>	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ, MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g ćwikła 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	ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ, MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	mała ziemniaczana z zieleniną(GLU PSZE, MLE, SEL) 175 ml pulpet(JAJ,) 120 g sos pieczeniowy(GLU PSZ, MLE,) 100 ml kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
<b>PD</b>		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			

		łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-05-23 czwartek	Kolacja	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g 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	pasta z piecz.ryby, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	dżem owocowy 25 g pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml		maślanka(MLE,) 150 ml	mus owocowy 200 g
		E: 2256.31 kcal; : 87.50 g; T: 68.07 g; W: 336.75 g; w tym cukry: 106.77 g; Bł: 26.76 g; Sól: 4.46 g; Kw. tł.nas: 18.88 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2055.38 kcal; : 83.40 g; T: 44.06 g; W: 344.94 g; w tym cukry: 96.98 g; Bł: 27.45 g; Sól: 4.45 g; Kw. tł.nas: 12.22 g;	E: 1726.83 kcal; : 51.24 g; T: 54.23 g; W: 267.32 g; w tym cukry: 124.23 g; Bł: 18.83 g; Sól: 2.37 g; Kw. tł.nas: 12.27 g;
2024-05-24 piątek	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(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 herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem(MLE) 80 g pomidor b/ skórki 50 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	ser biały (MLE) 70 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g masło (MLE) 10 g herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,) 50 g	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	biszkopty (5 szt) 20 g	placek amerykański(GLU PSZ,JAJ,) 50 g

	łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	
2024-05-24 piątek	<b>Obiad</b>	krupnik z zieleniną(GLU JECZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi, jabłka i selera 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(GLU PSZ,) 300 ml herbata bez cukru 250 ml	krupnik z zieleniną(GLU JECZ,SEL,MLE,) 350 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g sos koperkowy (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	mały krupnik z zieleniną (GLU,JECZ,SEL,ML E) 175 ml pulpet z ryby(GLU PSZ,JAJ,) 130 g sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml surówka z marchwi, jabłka i selera 150 g małe ziemniaki z koperkiem 70 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr, wiś) 250 ml
	<b>PD</b>	owsianka z jabłkami(GLU OW,MLE,) 300 ml	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	jabłko gotowane 120 g	
	<b>Kolacja</b>	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(S EL,MLE,) 100 g kiełbasa wieprzowa 100%(2 plastry) 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	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(S EL,MLE,) 100 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml
	<b>PN</b>	jogurt z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml		jogurt z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	sałatka owocowa z jabłkiem i bananem 200 g
	E: 2426.58 kcal; : 88.67 g; T: 77.70 g; W: 350.95 g; w tym cukry: 101.63 g; Bł: 28.49 g; Sól: 4.35 g; Kw. tł.nas: 23.90 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 1964.98 kcal; : 74.56 g; T: 40.38 g; W: 337.49 g; w tym cukry: 70.66 g; Bł: 27.26 g; Sól: 3.68 g; Kw. tł.nas: 10.96 g;	E: 1384.94 kcal; : 43.20 g; T: 57.39 g; W: 182.35 g; w tym cukry: 67.27 g; Bł: 16.95 g; Sól: 1.63 g; Kw. tł.nas: 13.96 g;	

		łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-05-25 sobota	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JECZ,MLE,) 250 ml szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jagl+march.+fasol ka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JECZ,MLE,) 250 ml szynka biała z indyka (3 plastry)(SOJ,) 50 g sałatka z k.jagl+march.+fasol ka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml	szynka biała z indyka (1 plaster)(SOJ,) 20 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kisiel 150 ml	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	kisiel 150 ml jabłko gotowane 120 g	kisiel 150 ml
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną 350 ml Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml herbata bez cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną 350 ml Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g kompot jabłkowy 250 ml	Mała barszcz czerwony b/ śmietany ( GLU PSZ, SEL) 175 ml Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ,SEL,) 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z mięszem owocowym 250 ml
PD		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml			

		łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowo, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-05-25 sobota	Kolacja	ser biały z koperkiem 80 g 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 300 ml herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem 80 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g herbata z cukrem 250 ml Kefir z truskawkami (MLE,) 150 ml	ser biały (MLE) 70 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 1 kromka (GLU PSZ,) 34 g herbata z cukrem 250 ml Kefir z truskawkami (MLE,) 150 ml
	PN	Kefir z truskawkami (MLE,) 150 ml			
		E: 2253.55 kcal; : 74.24 g; T: 76.36 g; W: 335.29 g; w tym cukry: 96.74 g; Bł: 25.64 g; Sól: 5.19 g; Kw. tł.nas: 18.99 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2006.59 kcal; : 68.37 g; T: 52.64 g; W: 333.78 g; w tym cukry: 89.31 g; Bł: 27.81 g; Sól: 4.95 g; Kw. tł.nas: 12.27 g;	E: 1342.82 kcal; : 41.01 g; T: 43.22 g; W: 207.45 g; w tym cukry: 68.88 g; Bł: 15.97 g; Sól: 2.39 g; Kw. tł.nas: 9.65 g;
2024-05-26 niedziela	Śniadanie	szynka biała z indyka (3 plastry) (SOJ,) 50 g sałatka z k.jęczm+fasolka+m arch.+natka+jog.nat . 100 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml mleko 200 ml woda mineralna niegazowana 500 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka biała z indyka (3 plastry) (SOJ,) 50 g pomidor bez skórki 100 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml biszkopty (5 szt) 20 g	
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml sok owocowy 300 ml	

		łatwostrawna dla położnic - C2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustko wa) -3	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-05-26 niedziela	Obiad	selerowa z ziemniakami i zieleniną 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym 200 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml herbata bez cukru 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną 350 ml spagetti z mięsem i sosem pomidorowym 200 g marchewka oprószana 150 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	
	PD	jabłko gotowane 120 g	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml		
	Kolacja	ser biały z koperkiem 80 g kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml jajko 1 szt masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 3 kromki 95 g herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ser biały z koperkiem 80 g chleb pszenny 3 kromki 95 g masło roślinne 10 g herbata z cukrem 250 ml	
	PN	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	
		E: 2245.12 kcal; : 96.85 g; T: 63.63 g; W: 337.10 g; w tym cukry: 81.05 g; Bł: 25.24 g; Sól: 4.98 g; Kw. tł.nas: 17.34 g;	E: 703.33 kcal; : 19.14 g; T: 5.77 g; W: 144.74 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.69 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;	E: 2041.93 kcal; : 81.70 g; T: 48.39 g; W: 335.33 g; w tym cukry: 61.27 g; Bł: 23.06 g; Sól: 4.43 g; Kw. tł.nas: 11.93 g;	

SP ZOZ Leżajsk

ul. Leśna 22, 37-300, Leżajsk

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

*E - Wartość energ. [kcal],*

*- Białko ogółem,*

*T - Tłuszcz,*

*W - Węglowodany ogółem,*

*Sól - Sól,*

*Kw. tł.nas - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,*

*Bł - Błonnik pokarmowy,*

*w tym cukry - suma cukrów prostych,*