

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) miód naturalny 25 g sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g			
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) naleśniki ze szpinakiem i białym serem (2 szt)(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) sos curry z czosnkiem(GLU PSZ, MLE,) 50 ml ( <b>GLU,</b> ) kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ, MLE,) 350 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ, MLE,) 350 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) marchewka oprószana(GLU PSZ, MLE,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makron orkiszowy z serem i szpinakiem(GLU ORKISZ, MLE) 350 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owocowy b/cukru 250 ml
	PD				pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )
	Kolacja	konserwa rybna(GLU PSZ,RYB,) 75 g ( <b>RYB,</b> ) sał ryżowa+sał+mar+ceb+pap+rodz+kuk+gr osz+jog nat (MLE,) 130 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PN	jogurt ze śliwkami(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )			jogurt ze śliwkami(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )
		E: 2042.58 kcal; : 80.92 g; T: 53.34 g; W: 320.72 g; w tym cukry: 67.86 g; Bł: 25.62 g; Sól: 4.68 g; Kw. tł.nas: 16.25 g;	E: 2007.03 kcal; : 85.62 g; T: 50.25 g; W: 313.90 g; w tym cukry: 74.02 g; Bł: 24.04 g; Sól: 4.56 g; Kw. tł.nas: 17.33 g;	E: 2005.03 kcal; : 82.84 g; T: 32.51 g; W: 356.26 g; w tym cukry: 64.39 g; Bł: 25.28 g; Sól: 4.33 g; Kw. tł.nas: 12.47 g;	E: 2035.44 kcal; : 88.79 g; T: 53.21 g; W: 315.60 g; w tym cukry: 54.96 g; Bł: 46.50 g; Sól: 5.55 g; Kw. tł.nas: 16.51 g;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	ser żółty (3 plastry)(MLE) 45 g ( <b>MLE</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	maślanka z truskawkami i otrębami pszennymi 150 ml ( <b>GLU, MLE</b> )			
	Obiad	zupa fasolowa z natk.pietr.(GLU PSZ,SOJ,) 350 ml ( <b>GLU, SOJ</b> ) sznyceł wieprzowy(GLU PSZ, JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Pęczak(GLU JĘCZ,) 200 g ( <b>GLU</b> ) Sur.z kisz.ogor+jab.+ceb.+nat.piet.+olej rzep. 100 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU</b> ) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g ( <b>GLU</b> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <b>GLU</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU</b> ) Pęczak(GLU JĘCZ,) 200 g ( <b>GLU</b> ) Sur.z kisz.ogor+jab.+ceb.+nat.piet.+olej rzep. 100 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD			miód naturalny 25 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU</b> )	pomidor 100 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU</b> ) masło roślinne 15 g
	Kolacja	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <b>SEL</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <b>SEL</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <b>SEL</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <b>SEL</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	galaretką owocową do picia 200 ml			jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml ( <b>MLE</b> )
		E: 2037.11 kcal; : 96.59 g; T: 70.65 g; W: 269.96 g; w tym cukry: 41.00 g; Bł: 34.41 g; Sól: 8.09 g; Kw. tł.nas: 20.13 g;	E: 2105.76 kcal; : 90.79 g; T: 73.78 g; W: 282.93 g; w tym cukry: 51.48 g; Bł: 25.86 g; Sól: 5.00 g; Kw. tł.nas: 18.47 g;	E: 2094.80 kcal; : 85.70 g; T: 50.29 g; W: 339.25 g; w tym cukry: 51.74 g; Bł: 27.70 g; Sól: 5.39 g; Kw. tł.nas: 12.42 g;	E: 2151.04 kcal; : 97.58 g; T: 84.22 g; W: 265.73 g; w tym cukry: 40.63 g; Bł: 31.92 g; Sól: 6.80 g; Kw. tł.nas: 20.94 g;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-10-02 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) musztarda 20 g ( <b>GOR,</b> ) sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g chleb żytni wieloziarnisty 2 kromki(GLU PSZE, GLU ŻYT) 60 g ( <b>GLU,</b> ) masło roślinne (10 g) 10 g herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g chleb pszenny 3 kromki 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )			kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> ) wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g
	Obiad	jarzynowa z ziemniakami i natk.pietr. (GLU PSZ, MLE) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Gołąbki z kaszy jęczmiennej i ryżu z warzywami (2 szt)(GLU JĘCZ, SEL,) 350 g ( <b>GLU, SEL,</b> ) sos pieczarkowy 100 ml ( <b>GLU,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	jarzynowa z ziemniakami i natk.pietr. (GLU PSZ, MLE) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z warzywami(SEL,) 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	jarzynowa z ziemniakami i nat.pietr. b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) rizotto z warzywami(SEL,) 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	jarzynowa z ziemniakami i natk.pietr. (GLU PSZ, MLE) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot owocowy b/cukru 250 ml
	PD			sok owocowy 300 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne (10 g) 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )
	Kolacja	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 2 kromki 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g
		E: 2341.68 kcal; : 74.92 g; T: 98.27 g; W: 301.12 g; w tym cukry: 76.26 g; Bł: 29.36 g; Sól: 4.27 g; Kw. tł.nas: 26.67 g;	E: 2172.87 kcal; : 71.04 g; T: 87.81 g; W: 282.95 g; w tym cukry: 60.55 g; Bł: 19.18 g; Sól: 4.82 g; Kw. tł.nas: 27.59 g;	E: 2177.78 kcal; : 74.22 g; T: 72.46 g; W: 319.19 g; w tym cukry: 60.27 g; Bł: 19.67 g; Sól: 5.06 g; Kw. tł.nas: 23.32 g;	E: 1982.37 kcal; : 76.76 g; T: 60.84 g; W: 300.22 g; w tym cukry: 37.08 g; Bł: 38.37 g; Sól: 5.78 g; Kw. tł.nas: 16.05 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) pasztet drobiowy (1 szt)(GLU PSZ, SOJ, MLE,) 100 g ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ) pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor bez skórki 100 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	bułeczka drożdżowa z marmoladą i z sezamem(GLU PSZ, MLE, JAJ, SEZ) 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> )		biszkopty (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) sok owocowy 300 ml	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) bigos z białej kapusty z kiebasą i mięsem(GLU PSZ, SOJ,) 260 g ( <b>GLU, SOJ,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) filet z drobiu w sosie koperkowym(GLU PSZ, MLE,) 120 g ( <b>GLU,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml		kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) filet z drobiu w sosie koperkowym(GLU PSZ, MLE,) 120 g ( <b>GLU,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g brokuł got.-różyczki 100 g kompot owocowy b/cukru 250 ml
	PD				jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )
	Kolacja	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PN	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml			kisiel z tartym jabłkiem b/cukru 200 ml
		E: 2126.02 kcal; : 79.18 g; T: 68.94 g; W: 312.52 g; w tym cukry: 80.48 g; Bł: 35.55 g; Sól: 6.24 g; Kw. tł.nas: 21.19 g;	E: 2063.22 kcal; : 87.31 g; T: 59.89 g; W: 305.08 g; w tym cukry: 85.46 g; Bł: 22.69 g; Sól: 4.12 g; Kw. tł.nas: 14.57 g;	E: 2073.92 kcal; : 92.19 g; T: 45.38 g; W: 338.63 g; w tym cukry: 83.01 g; Bł: 23.14 g; Sól: 4.67 g; Kw. tł.nas: 11.12 g;	E: 2098.52 kcal; : 99.42 g; T: 70.41 g; W: 283.52 g; w tym cukry: 53.61 g; Bł: 35.00 g; Sól: 5.40 g; Kw. tł.nas: 16.35 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-10-04 piątek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) ser topiony (MLE) 50 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z soją, marchwią, kap. pekińską, słonecz., pest. dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr. 80 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) ser biały z koperkiem (MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sał. makaron. + march. + fasol. szparag. + natk. pietr. + jog. nat. 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) ser biały z koperkiem (MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sał. makaron. + march. + fasol. szparag. + natk. pietr. + jog. nat. 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) bułka zwykła (GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) ser biały z koperkiem (MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z soją, marchwią, kap. pekińską, słonecz., pest. dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr. (GLU PSZ, ORZ, OZI SEZ SO) 80 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> )
	II ŚN	kefir bananowy 150 ml ( <b>MLE,</b> )			kefir (MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	krupnik jaglany z nat. pietr. (SEL, MLE,) 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) kotlet mielony z ryby (GLU PSZ, RYB, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) surówka z kapusty kiszonej z olejem rzep. 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	krupnik jaglany z nat. pietr. (SEL, MLE,) 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) pulpet z ryby (GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z mięszem owocowym 250 ml	krupnik jaglany z nat. pietr. (SEL, MLE,) 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) pulpet z ryby (GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g marchewka oprószana (GLU PSZ, MLE,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) kompot z mięszem owocowym 250 ml	krupnik jaglany z nat. pietr. (SEL, MLE,) 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) pulpet z ryby (GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z kapusty kiszonej z olejem rzep. 150 g kompot owocowy b/cukru 250 ml
	PD			biszkopty (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ,</b> )	pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka (GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU,</b> )
	Kolacja	sałatka jarzyn. + og. kisz. + kukur. + jajko + nat. pietr. + jog. nat. (SEL, JAJ, MLE,) 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat. pietr. + jog. nat. (SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat. pietr. + jog. nat. (SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat. pietr. + jog. nat. (SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki (GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g
		E: 2000.41 kcal; : 66.01 g; T: 74.07 g; W: 284.41 g; w tym cukry: 71.65 g; Bł: 36.53 g; Sól: 5.14 g; Kw. tł.nas: 16.81 g;	E: 2048.63 kcal; : 72.16 g; T: 64.20 g; W: 308.57 g; w tym cukry: 79.02 g; Bł: 26.13 g; Sól: 3.73 g; Kw. tł.nas: 16.39 g;	E: 2013.60 kcal; : 75.71 g; T: 45.65 g; W: 337.69 g; w tym cukry: 76.97 g; Bł: 26.71 g; Sól: 3.59 g; Kw. tł.nas: 12.39 g;	E: 2130.73 kcal; : 77.78 g; T: 86.71 g; W: 277.81 g; w tym cukry: 58.18 g; Bł: 38.56 g; Sól: 4.63 g; Kw. tł.nas: 20.07 g;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	
2024-10-05 sobota	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEŃZ, MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g ( <u>MLE,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEŃZ, MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEŃZ, MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g ( <u>MLE,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	
	II ŚN	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml			kisiel z tartym jabłkiem b/cukru 200 ml	
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <u>MLE,</u> ) kompot jabłkowy 250 ml			barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <u>SEL,</u> ) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	
	PD				miód naturalny 25 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <u>GLU,</u> )	jajko(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <u>GLU,</u> )
	Kolacja	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <u>SOJ,</u> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU,</u> ) herbata bez cukru 250 ml	
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> )				
	E: 2003.81 kcal; : 72.04 g; T: 44.66 g; W: 339.89 g; w tym cukry: 100.54 g; Bł: 23.81 g; Sól: 4.86 g; Kw. tł.nas: 15.37 g;	E: 1977.23 kcal; : 72.16 g; T: 43.93 g; W: 332.64 g; w tym cukry: 99.44 g; Bł: 18.43 g; Sól: 4.74 g; Kw. tł.nas: 15.28 g;	E: 2100.55 kcal; : 75.12 g; T: 36.58 g; W: 377.17 g; w tym cukry: 100.29 g; Bł: 18.58 g; Sól: 4.97 g; Kw. tł.nas: 13.54 g;	E: 1966.56 kcal; : 76.59 g; T: 56.82 g; W: 305.30 g; w tym cukry: 67.71 g; Bł: 38.60 g; Sól: 5.14 g; Kw. tł.nas: 16.34 g;		

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ.</b> ) sałatka z k.jęczm+faselka+march.+natka+jog.nat. (MLE,) 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 84 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sałatka z k.jęczm+faselka+march.+natka+jog.nat. (MLE,) 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sałatka z k.jęczm+faselka+march.+natka+jog.nat. (MLE,) 100 g ( <b>GLU.</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sałatka z k.jęczm+faselka+march.+natka+jog.nat. (MLE,) 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml			kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g ćwikła 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE.</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml		Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g brokuł got.-różyczki 100 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml
	PD				pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU.</b> )
	Kolacja	ser topiony(MLE) 50 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		
		E: 2025.85 kcal; : 102.32 g; T: 71.06 g; W: 255.20 g; w tym cukry: 53.99 g; Bł: 22.57 g; Sól: 5.25 g; Kw. tł.nas: 22.87 g;	E: 2014.17 kcal; : 114.95 g; T: 64.74 g; W: 253.28 g; w tym cukry: 55.90 g; Bł: 20.94 g; Sól: 4.61 g; Kw. tł.nas: 18.15 g;	E: 1941.87 kcal; : 114.92 g; T: 56.74 g; W: 253.24 g; w tym cukry: 55.86 g; Bł: 20.94 g; Sól: 4.58 g; Kw. tł.nas: 16.33 g;	E: 2012.45 kcal; : 120.77 g; T: 73.42 g; W: 231.09 g; w tym cukry: 40.83 g; Bł: 29.83 g; Sól: 4.73 g; Kw. tł.nas: 20.85 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk z 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) +VI - 6/M	bezglutenowa - 2/GL	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE.</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU.</b> , <b>MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE.</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g	jabłko pieczone z cynamonem 120 g sok owocowy 300 ml	sok owocowy 300 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU.</b> , <b>MLE.</b> , <b>SEL.</b> ) makron orkiszowy z serem i szpinakiem(GLU ORKISZ, MLE) 350 g ( <b>GLU.</b> , <b>MLE.</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	solferino z mąką kukurydzianą(SEL,MLE,) 350 ml ( <b>SEL.</b> ) makaron bezglut. z serem i szpinakiem 350 g ( <b>MLE.</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU.</b> , <b>SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU.</b> , <b>MLE.</b> , <b>SEL.</b> ) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g ( <b>GLU.</b> , <b>MLE.</b> ) filet z drobiu gotowany 110 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g
	PD	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU.</b> )	chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g masło roślinne 10 g miód naturalny 25 g		
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <b>GLU.</b> , <b>JAJ.</b> , <b>MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jogurt ze śliwkami(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )			jogurt ze śliwkami(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )
		E: 2035.44 kcal; : 88.79 g; T: 53.21 g; W: 315.60 g; w tym cukry: 54.96 g; Bł: 46.50 g; Sól: 5.55 g; Kw. tł.nas: 16.51 g;	E: 2098.41 kcal; : 70.89 g; T: 68.93 g; W: 300.72 g; w tym cukry: 72.51 g; Bł: 34.73 g; Sól: 5.39 g; Kw. tł.nas: 18.63 g;	E: 2001.02 kcal; : 79.29 g; T: 73.37 g; W: 263.59 g; w tym cukry: 45.10 g; Bł: 11.26 g; Sól: 3.77 g; Kw. tł.nas: 22.52 g;	E: 2078.68 kcal; : 109.25 g; T: 47.68 g; W: 313.88 g; w tym cukry: 74.00 g; Bł: 24.04 g; Sól: 4.69 g; Kw. tł.nas: 16.74 g;



SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) +VI - 6/M	bezglutenowa - 2/GL	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE.) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU.) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE.) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml	grysik na mleku z bułką mix 300 ml (GLU, MLE.) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE.) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU.) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	maślanka z truskawkami i otrębami pszennymi 150 ml (GLU, MLE.)	maślanka z truskawkami(MLE,) 150 ml (MLE.)	sok pomidorowy 330 ml	maślanka z truskawkami i otrębami pszennymi 150 ml (GLU, MLE.)
	Obiad	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL.) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ.) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU.) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU.) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g (GLU.) kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z mąką kukurydzianą(SEL,MLE,) 350 ml (SEL.) pulpet z m. ziemniaczaną(JAJ,) 90 g (JAJ.) sos pieczeniowy b/ mąki przenej(MLE) 100 ml ziemniaki z koperkiem 250 g marchew gotowana podprawiana mąką kukurydzianą(MLE,) 180 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL.) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL.) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ.) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ.) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU.) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g (GLU.) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU.) kompot owocowy 250 ml
	PD	pomidor bez skórki 100 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g (GLU.)			
	Kolacja	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g (SEL.) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU.) herbata z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g (SEL.) jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ.) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml (GLU, JAJ, MLE.) herbata z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g (SEL.) jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ.) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU.) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml (MLE.)	galaretka owocowa do picia 200 ml		galaretka owocowa do picia 200 ml
		E: 2004.00 kcal; : 86.00 g; T: 68.44 g; W: 278.66 g; w tym cukry: 48.06 g; Bł: 36.57 g; Sól: 5.00 g; Kw. tł.nas: 17.22 g;	E: 1679.69 kcal; : 75.30 g; T: 67.07 g; W: 200.14 g; w tym cukry: 53.22 g; Bł: 26.85 g; Sól: 3.84 g; Kw. tł.nas: 17.27 g;	E: 2043.63 kcal; : 82.94 g; T: 73.13 g; W: 270.34 g; w tym cukry: 47.26 g; Bł: 13.10 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 22.76 g;	E: 2397.78 kcal; : 109.64 g; T: 90.42 g; W: 300.23 g; w tym cukry: 51.52 g; Bł: 27.09 g; Sól: 5.41 g; Kw. tł.nas: 21.57 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) +VI - 6/M	bezglutenowa - 2/GL	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-10-02 środa	Śniadanie	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) g ( <b>SOJ.</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml	płatki owsiane na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU OW, MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE.</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kefir z siemieniem Inianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> ) wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	kefir z siemieniem Inianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )	sok owocowy 300 ml	kefir z siemieniem Inianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	jarzynowa z ziemniakami i natk.pietr. (GLU PSZ, MLE) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <b>SEL.</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) kompot owocowy b/cukru 250 ml	jarzynowa z ziemniakami b/ mąki pszennej(SEL, MLE,) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) rizotto z warzywami(SEL,) 200 g ( <b>SEL.</b> ) sos pomidorowy z mąka kukurydzianą(SEL, MLE,) 100 ml ( <b>SEL.</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	jarzynowa z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	jarzynowa z ziemniakami i natk.pietr. (GLU PSZ, MLE) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) rizotto z warzywami(SEL,) 200 g ( <b>SEL.</b> ) filet z drobiu gotowany 110 g sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ.</b> ) masło roślinne (10 g) 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU.</b> )			
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne (10 g) 10 g wafel ryżowy(SEZ,) 55 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki 68 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko gotowane 120 g	jabłko gotowane 120 g ciaseczka jaglane (bezglutenowe) 120 g ( <b>OZI, ORZ.</b> )		jabłko gotowane 120 g
		E: 1931.27 kcal; : 72.78 g; T: 68.16 g; W: 273.38 g; w tym cukry: 34.60 g; Bł: 35.87 g; Sól: 5.29 g; Kw. tł.nas: 17.72 g;	E: 2109.04 kcal; : 52.31 g; T: 94.27 g; W: 263.48 g; w tym cukry: 52.03 g; Bł: 18.36 g; Sól: 1.42 g; Kw. tł.nas: 15.53 g;	E: 2014.56 kcal; : 80.45 g; T: 77.57 g; W: 258.55 g; w tym cukry: 46.24 g; Bł: 12.32 g; Sól: 3.75 g; Kw. tł.nas: 24.25 g;	E: 2072.55 kcal; : 101.85 g; T: 62.72 g; W: 283.57 g; w tym cukry: 60.65 g; Bł: 19.18 g; Sól: 4.37 g; Kw. tł.nas: 18.72 g;

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) +VI - 6/M	bezglutenowa - 2/GL	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE.) pomidor bez skórki 100 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (GLU.) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE.) pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 15 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU JEŹCZ, MLE,) 300 ml (GLU, MLE.)	
	II ŚN	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml (MLE.)	pałeczki kukurydż (bezglutenowe) 60 g	sok pomidorowy 300 ml	
	Obiad	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml (GLU, SEL.) filet z drobiu w sosie koperkowym(GLU PSZ, MLE,) 120 g (GLU.) młode ziemniaki z koperkiem 230 g brokuł got.-różyczki 100 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	kalafiorowa z ryżem b/mąki pszennej(SEL, MLE,) 350 ml (SEL.) filet z drobiu w sosie koperkowym z m. kukurydzianą(MLE,) 120 g buraczki z mąką kukurydzianą(MLE,) 150 g kompot owoc (jab,śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	kalafiorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml (GLU, SEL.) herbata bez cukru 250 ml	
	PD	jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ.) masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (GLU.)			
	Kolacja	sałata zielona (2 liście) 35 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ.) masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (GLU.) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ.) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE.) herbata bez cukru 250 ml	
	PN	kisiel z tartym jabłkiem b/cukru 200 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml		
		E: 2085.43 kcal; : 103.62 g; T: 59.16 g; W: 301.45 g; w tym cukry: 54.11 g; Bł: 33.66 g; Sól: 5.73 g; Kw. tł.nas: 14.08 g;	E: 1889.22 kcal; : 69.50 g; T: 54.52 g; W: 278.38 g; w tym cukry: 70.19 g; Bł: 26.44 g; Sól: 3.96 g; Kw. tł.nas: 12.06 g;	E: 1780.14 kcal; : 81.66 g; T: 57.65 g; W: 241.10 g; w tym cukry: 32.35 g; Bł: 13.96 g; Sól: 5.09 g; Kw. tł.nas: 18.69 g;	

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) +VI - 6/M	bezglutenowa - 2/GL	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-10-04 piątek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEŹCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+natk.pietr.+jog.nat. 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> )	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sał.makaron bezglut.+march._fasol.szp.+nat.pietr.+olej 100 g masło roślinne 15 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g woda mineralna niegazowana 500 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU JEŹCZ, MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> )	
	II ŚN	kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	kefir bananowy 150 ml ( <b>MLE,</b> )	sok pomidorowy 300 ml	
2024-10-04 piątek	Obiad	krupnik jaglany z nat.pietr. (SEL, MLE,) 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g marchewka oprószana(GLU PSZ, MLE,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) kompot owocowy b/cukru 250 ml	Ryżowa na rosole(SEL,) 300 ml ( <b>SEL,</b> ) paluszki ziemniaczane z mąki ziemniacz.(9 szt) (JAJ,) 300 g ( <b>JAJ,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	krupnik jaglany z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	
	PD	pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU,</b> )	dżem owocowy 25 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g		
2024-10-04 piątek	Kolacja	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) masło roślinne 15 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	
	PN	jabłko gotowane 120 g			
		E: 2001.19 kcal; : 70.19 g; T: 80.24 g; W: 265.81 g; w tym cukry: 59.78 g; Bł: 33.89 g; Sól: 3.36 g; Kw. tł.nas: 20.18 g;	E: 1990.02 kcal; : 30.93 g; T: 69.39 g; W: 311.75 g; w tym cukry: 62.38 g; Bł: 31.02 g; Sól: 3.39 g; Kw. tł.nas: 15.76 g;	E: 1801.39 kcal; : 82.45 g; T: 58.06 g; W: 244.57 g; w tym cukry: 31.56 g; Bł: 13.71 g; Sól: 5.06 g; Kw. tł.nas: 18.77 g;	

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) +VI - 6/M	bezglutenowa - 2/GL	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-10-05 sobota	Śniadanie	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU.) herbata bez cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml (GLU, MLE.) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE.) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g wafel ryżowy(SEZ,) 55 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g woda mineralna niegazowana 500 ml herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU JEĆZ, MLE,) 300 ml (GLU, MLE.) herbata z cukrem 250 ml	
	II ŚN	kisiel z tartym jabłkiem b/cukru 200 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	sok owocowy 300 ml	
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ, MLE, SEL,) 350 ml (GLU, MLE, SEL.) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g (SEL.) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml (GLU, SEL.) marchewka oprószana(GLU PSZ, MLE,) 150 g (GLU.) kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i mąką kukurydzianą (MLE, SEL,) 300 ml (MLE, SEL.) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g (MLE.) kompot jabłkowy 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ, SEL) 350 ml (GLU, SEL.) herbata z cukrem 250 ml	
	PD	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ.) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU.)	sok owocowy 300 ml		
	Kolacja	szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ.) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU.) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ.) masło roślinne 10 g wafel ryżowy(SEZ,) 55 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml (GLU, JAJ, MLE.) herbata z cukrem 250 ml	
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml (MLE.)			
		E: 1916.21 kcal; : 73.41 g; T: 52.71 g; W: 305.54 g; w tym cukry: 64.54 g; Bł: 39.06 g; Sól: 5.70 g; Kw. tł.nas: 14.90 g;	E: 2065.55 kcal; : 63.29 g; T: 48.06 g; W: 350.12 g; w tym cukry: 98.80 g; Bł: 17.19 g; Sól: 2.85 g; Kw. tł.nas: 15.18 g;	E: 2087.22 kcal; : 84.06 g; T: 70.92 g; W: 289.12 g; w tym cukry: 47.84 g; Bł: 14.47 g; Sól: 4.68 g; Kw. tł.nas: 21.80 g;	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) +VI - 6/M	bezglutenowa - 2/GL	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat. (MLE,) 100 g ( <b>GLU.</b> ) chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g woda mineralna niegazowana 500 ml herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.nat. (MLE,) 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> ) wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	galaretka owocowa do picia 200 ml	sok owocowy 300 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g brokuł got.-różyczki 100 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	Ryżowa na rosole(SEL,) 300 ml ( <b>SEL.</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki z mąką kukurydzianą(MLE,) 150 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g filet z drobiu gotowany 110 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE.</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml
	PD	pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU.</b> )	sok owocowy 300 ml		
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb bezglutenowy 2 kromki 40 g chleb bezglutenowy 1 kromka 20 g herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko gotowane 120 g			jabłko gotowane 120 g
		E: 1908.55 kcal; : 121.58 g; T: 57.59 g; W: 239.59 g; w tym cukry: 40.75 g; Bł: 29.83 g; Sól: 4.67 g; Kw. tł.nas: 17.21 g;	E: 2036.94 kcal; : 103.41 g; T: 77.16 g; W: 235.29 g; w tym cukry: 54.74 g; Bł: 27.66 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 19.07 g;	E: 2074.31 kcal; : 82.82 g; T: 74.56 g; W: 277.05 g; w tym cukry: 43.34 g; Bł: 10.42 g; Sól: 4.23 g; Kw. tł.nas: 22.71 g;	E: 2121.97 kcal; : 138.60 g; T: 66.17 g; W: 253.28 g; w tym cukry: 55.90 g; Bł: 20.94 g; Sól: 4.76 g; Kw. tł.nas: 18.47 g;

		łatwo strawna bez mleka	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g miód naturalny 25 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ</b> )	dżem owocowy 25 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	jablko pieczone z cynamonem 120 g	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> )	jablko pieczone z cynamonem 120 g	
	Obiad	solferino b/ śmietany(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) makaron ze szpinakiem(GLU PSZ,) 300 g ( <b>GLU</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml surówka z marchwi i jabłka 150 g	Solferino z miesem mix b/ śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> )	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) makron orkiszowy z serem i szpinakiem(GLU ORKISZ, MLE) 350 g ( <b>GLU, MLE</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała solferino z natk.pietr.( GLU PSZE, MLE) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) naleśniki ze szpinakiem i białym serem (2 szt)(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	dżem owocowy 25 g masło roślinne 10 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> )	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU</b> )	
	Kolacja	jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+olej 80 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <b>SEL</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło (MLE) 10 g herbata z cukrem 250 ml
	PN	biszkopty (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ</b> )		jogurt ze śliwkami(MLE,) 150 ml ( <b>MLE</b> )	ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JECZ,GLU OW,MLE,SOJ OZI) 50 g ( <b>GLU, MLE</b> )
		E: 2047.63 kcal; : 58.66 g; T: 53.43 g; W: 342.68 g; w tym cukry: 52.07 g; Bł: 21.39 g; Sól: 3.93 g; Kw. tł.nas: 12.59 g;	E: 1666.41 kcal; : 108.28 g; T: 48.53 g; W: 211.03 g; w tym cukry: 25.49 g; Bł: 18.32 g; Sól: 1.28 g; Kw. tł.nas: 12.01 g;	E: 2061.49 kcal; : 87.87 g; T: 60.89 g; W: 304.78 g; w tym cukry: 54.07 g; Bł: 45.69 g; Sól: 4.54 g; Kw. tł.nas: 18.93 g;	E: 1437.25 kcal; : 54.87 g; T: 52.15 g; W: 194.79 g; w tym cukry: 48.19 g; Bł: 12.34 g; Sól: 1.35 g; Kw. tł.nas: 20.88 g;

	łatwo strawna bez mleka	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <u>SEL</u> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE</u> ) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU</u> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE</u> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <u>GLU</u> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	mus owocowy 200 g	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL</u> )	maślanka z truskawkami i otrębami pszennymi 150 ml ( <u>GLU, MLE</u> ) wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	mus owocowy 200 g
	Obiad	Ziemniaczana b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <u>GLU, SEL</u> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <u>GLU, JAJ</u> ) sos pieczeniowy b/ śmietany(GLU PSZ,) 50 ml ( <u>GLU</u> ) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g ( <u>GLU</u> ) marchewka bez śmietany(GLU PSZ,) 180 g ( <u>GLU</u> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <u>GLU, SEL</u> ) jajko sadzone(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pęczak(GLU JĘCZ,) 200 g ( <u>GLU</u> ) Sur.z kisz.ogor+jab.+ceb.+nat.piet.+olej rzep. 100 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	mała ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZE, MLE, SEL) 175 ml ( <u>SEL</u> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <u>GLU, JAJ</u> ) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <u>GLU</u> ) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g ( <u>GLU</u> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <u>GLU</u> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <u>GLU, SEL</u> )	pomidor 100 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <u>GLU</u> ) masło roślinne 15 g	
	Kolacja	szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <u>SEL</u> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU</u> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany 300 ml ( <u>SEL</u> ) herbata z cukrem 250 ml	jajko(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU</u> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (1 plaster)((SOJ,) 20 g ( <u>SEL</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <u>GLU</u> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	galaretka owocowa do picia 200 ml		jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml ( <u>MLE</u> ) wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	galaretka owocowa do picia 200 ml
		E: 2085.61 kcal; : 84.06 g; T: 67.56 g; W: 298.69 g; w tym cukry: 64.17 g; Bł: 25.94 g; Sól: 5.85 g; Kw. tł.nas: 15.21 g;	E: 1579.59 kcal; : 86.08 g; T: 53.95 g; W: 196.75 g; w tym cukry: 33.49 g; Bł: 19.58 g; Sól: 1.67 g; Kw. tł.nas: 13.88 g;	E: 2011.82 kcal; : 83.34 g; T: 71.45 g; W: 273.39 g; w tym cukry: 35.56 g; Bł: 32.72 g; Sól: 5.88 g; Kw. tł.nas: 19.14 g;	E: 1545.33 kcal; : 54.74 g; T: 60.17 g; W: 205.05 g; w tym cukry: 64.82 g; Bł: 17.40 g; Sól: 2.36 g; Kw. tł.nas: 14.66 g;



		łatwo strawna bez mleka	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-10-02 środa	Śniadanie	parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ( <b>MLE.</b> ) sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.pietr) 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	parówka (1 szt.)(SOJ,GOR) 60 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) ketchup 20 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	pałeczki kukurydzy (bezglutenowe) 60 g	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> )	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> ) wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	mus owocowy 200 g
	Obiad	jarzynowa z ziemniakami i nat.pietr. b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) rizotto z warzywami(SEL,) 200 g ( <b>SEL.</b> ) sos pomidorowy b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 100 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	jarzynowa z ziemniakami i natk.pietr. (GLU PSZ, MLE) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <b>SEL.</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) kompot owocowy b/cukru 250 ml	Mała jarzynowa z ziemniakami i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) rizotto z warzywami(SEL,) 200 g ( <b>SEL.</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> )	pomidor 100 g masło roślinne (10 g) 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU.</b> )	
	Kolacja	jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) masło roślinne (10 g) 10 g chleb pszenny 2 kromki 68 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany 300 ml ( <b>SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jablko gotowane 120 g		jablko 120 g	jablko gotowane 120 g
		E: 2214.69 kcal; : 60.32 g; T: 85.84 g; W: 307.62 g; w tym cukry: 40.86 g; Bł: 17.54 g; Sól: 4.34 g; Kw. tł.nas: 23.16 g;	E: 1579.59 kcal; : 86.08 g; T: 53.95 g; W: 196.75 g; w tym cukry: 33.49 g; Bł: 19.58 g; Sól: 1.67 g; Kw. tł.nas: 13.88 g;	E: 1964.27 kcal; : 67.60 g; T: 67.56 g; W: 289.42 g; w tym cukry: 39.55 g; Bł: 37.42 g; Sól: 4.36 g; Kw. tł.nas: 20.57 g;	E: 1404.62 kcal; : 37.90 g; T: 50.92 g; W: 205.87 g; w tym cukry: 68.93 g; Bł: 14.75 g; Sól: 1.94 g; Kw. tł.nas: 17.03 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		łatwo strawna bez mleka	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-10-03 czwartek	Śniadanie		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ.) 90 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) pomidor bez skórki 100 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ.) 34 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN		sok pomidorowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> )	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )	bułeczka drożdżowa z marmoladą i z sezamem(GLU PSZ,MLE,JAJ, SEZ) 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> )
	Obiad		kalafiorowa z ryżem z mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr. b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) jajko sadzone(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g brokuł got.-różyczki 100 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) filet z drobiu w sosie koperkowym(GLU PSZ,MLE,) 120 g ( <b>GLU.</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE.</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> )	jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU.</b> )	
	Kolacja		ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <b>SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser topiony(MLE) 50 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor bez skórki 100 g ogórek świeży (plastry) 50 g szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g ( <b>SOJ.</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN			kisiel z tartym jabłkiem b/cukru 200 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml
			E: 1454.08 kcal; : 84.81 g; T: 45.93 g; W: 183.88 g; w tym cukry: 31.90 g; Bł: 17.82 g; Sól: 1.57 g; Kw. tł.nas: 11.78 g;	E: 2129.26 kcal; : 85.05 g; T: 78.82 g; W: 285.77 g; w tym cukry: 52.04 g; Bł: 32.75 g; Sól: 5.67 g; Kw. tł.nas: 26.17 g;	E: 1611.30 kcal; : 66.79 g; T: 49.56 g; W: 235.18 g; w tym cukry: 82.37 g; Bł: 21.11 g; Sól: 2.08 g; Kw. tł.nas: 14.10 g;

		łatwo strawna bez mleka	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-10-04 piątek	Śniadanie	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sał.makaron.+march.+fas.szpa.+nat.pie.+olej 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE.</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) sałatka z soją, marchwią, kap. pekińską, słonecz., pest.dyni, szczypiorkiem, olej. rzep., i natką pietr(GLU PSZ, ORZ, OZI SEZ SO) 80 g ( <b>SOJ.</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU.</b> )	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE.</b> ) dżem owocowy 25 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU.</b> )
	II ŚN	pałeczki kukurydzy (bezglutenowe) 60 g	sok pomidorowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> )	kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )	wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g
	Obiad	krupnik jaglany z nat.pietr. b/śmietany(GLU PSZ, SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB.</b> ) sos koperkowy b/śmietany(GLU PSZ,) 100 ml ( <b>GLU.</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	krupnik jaglany z mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ, SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	krupnik jaglany z nat.pietr. (SEL, MLE,) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) paluszki ziemniaczane (9 szt)(GLU PSZ, JAJ,) 300 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	krupnik jaglany z nat.pietr. (SEL, MLE,) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB.</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU.</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD		ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> )	pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU.</b> )	
	Kolacja	sałatka jarzynowa + nat.pietr. + oliwa z ol. 100 g ( <b>SEL.</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <b>SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g
		E: 2187.75 kcal; : 63.86 g; T: 58.12 g; W: 364.22 g; w tym cukry: 55.13 g; Bł: 25.82 g; Sól: 4.28 g; Kw. tł.nas: 9.44 g;	E: 1478.99 kcal; : 85.71 g; T: 46.36 g; W: 188.32 g; w tym cukry: 31.66 g; Bł: 17.97 g; Sól: 1.56 g; Kw. tł.nas: 11.86 g;	E: 2102.79 kcal; : 68.72 g; T: 81.25 g; W: 290.33 g; w tym cukry: 61.64 g; Bł: 33.87 g; Sól: 3.06 g; Kw. tł.nas: 22.77 g;	E: 1653.96 kcal; : 56.85 g; T: 52.75 g; W: 247.75 g; w tym cukry: 67.72 g; Bł: 20.97 g; Sól: 2.44 g; Kw. tł.nas: 16.67 g;

		łatwo strawna bez mleka	bez mleka mix - 13/ML	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-10-05 sobota	Śniadanie	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) herbata z cukrem 250 ml	twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g ( <b>MLE</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło roślinne 10 g sałata zielona (2 liście) 35 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml biszkopty (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> )	kisiel z tartym jabłkiem b/cukru 200 ml jogurt(MLE,) 150 ml ( <b>MLE</b> )	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) filet z drobiu gotowany 110 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot jabłkowy 250 ml	Barszcz czerwony z mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) herbata z cukrem 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <b>SEL</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	Mała barszcz czerwony( GLU PSZE,MLE,SEL) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE</b> ) kompot jabłkowy 250 ml
	PD	miód naturalny 25 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU</b> )	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> )	pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU</b> )	
	Kolacja	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <b>SEL</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (3 plastry)(MLE) 45 g ( <b>MLE</b> ) chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor bez skórki 100 g szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g ( <b>SOJ</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	mus owocowy 200 g		maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE</b> )	sok owocowy 300 ml
		E: 2041.21 kcal; : 82.66 g; T: 33.11 g; W: 364.12 g; w tym cukry: 90.23 g; Bł: 23.11 g; Sól: 5.94 g; Kw. tł.nas: 7.40 g;	E: 1519.10 kcal; : 86.59 g; T: 45.94 g; W: 199.20 g; w tym cukry: 35.59 g; Bł: 19.81 g; Sól: 1.64 g; Kw. tł.nas: 11.78 g;	E: 2048.57 kcal; : 86.38 g; T: 62.51 g; W: 301.38 g; w tym cukry: 64.53 g; Bł: 35.02 g; Sól: 5.14 g; Kw. tł.nas: 23.03 g;	E: 1579.42 kcal; : 46.06 g; T: 37.55 g; W: 274.02 g; w tym cukry: 82.32 g; Bł: 12.64 g; Sól: 2.33 g; Kw. tł.nas: 11.22 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		łatwo strawna bez mleka	bez mleka mix - 13/ML	vegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ.</b> ) sałatka z k.jęczm+faska+march+natka+olej 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser żółty (3 plastry)(MLE) 45 g ( <b>MLE.</b> ) sałatka z k.jęczm+fazol.szparag.+og.kisz+kuk.+ka p.pek.+march.+jajko+pest.dyni+natka+j og.nat.(JAJ,MLE.) 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) g ( <b>SOJ.</b> ) pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml	sok pomidorowy 300 ml ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> )	jabłko gotowane 120 g	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki b/śmietany 150 g ( <b>GLU.</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Ryżowa na rosole(SEL,) 300 ml ( <b>SEL.</b> ) jajko sadzone(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) brokuł got.-różyczki 100 g młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy b/cukru 250 ml	mały rosół z makaronem i natk.pietr. 175 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE.</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml
	PD	miód naturalny 25 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL.</b> )	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU.</b> )	
	Kolacja	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany(SEL,) 300 ml ( <b>SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser topiony(MLE) 50 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko gotowane 120 g		jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g
		E: 2006.30 kcal; : 106.70 g; T: 62.78 g; W: 263.32 g; w tym cukry: 52.24 g; Bł: 20.21 g; Sól: 4.97 g; Kw. tł.nas: 15.81 g;	E: 1597.24 kcal; : 85.06 g; T: 62.03 g; W: 182.86 g; w tym cukry: 31.10 g; Bł: 17.20 g; Sól: 1.58 g; Kw. tł.nas: 15.99 g;	E: 2011.56 kcal; : 74.71 g; T: 66.86 g; W: 295.98 g; w tym cukry: 46.08 g; Bł: 36.93 g; Sól: 6.88 g; Kw. tł.nas: 24.96 g;	E: 1538.94 kcal; : 91.40 g; T: 61.93 g; W: 161.11 g; w tym cukry: 54.57 g; Bł: 14.82 g; Sól: 2.02 g; Kw. tł.nas: 17.56 g;

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ.</b> ) dżem owocowy 25 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ.</b> ) miód naturalny 25 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU.</b> , <b>MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE.</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ.</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g masło (MLE) 10 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE.</b> ) woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		sok owocowy 300 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU.</b> , <b>MLE.</b> , <b>SEL.</b> ) naleśniki ze szpinakiem i białym serem (2 szt)(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 300 g ( <b>GLU.</b> , <b>JAJ.</b> , <b>MLE.</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU.</b> , <b>SEL.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU.</b> , <b>MLE.</b> , <b>SEL.</b> ) naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ,MLE,JAJ) 260g 260 g ( <b>GLU.</b> , <b>JAJ.</b> , <b>MLE.</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD				biskopki (5 szt) 20 g ( <b>GLU.</b> , <b>JAJ.</b> )
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <b>GLU.</b> , <b>JAJ.</b> , <b>MLE.</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU.</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JĘCZ,GLU OW,MLE,SOJ OZI) 50 g ( <b>GLU.</b> , <b>MLE.</b> )			
		E: 1735.76 kcal; : 70.12 g; T: 54.63 g; W: 250.55 g; w tym cukry: 50.63 g; Bł: 16.16 g; Sól: 3.03 g; Kw. tł.nas: 18.26 g;	E: 2004.80 kcal; : 77.61 g; T: 55.86 g; W: 308.95 g; w tym cukry: 51.08 g; Bł: 18.54 g; Sól: 4.03 g; Kw. tł.nas: 18.54 g;	E: 2001.02 kcal; : 79.29 g; T: 73.37 g; W: 263.59 g; w tym cukry: 45.10 g; Bł: 11.26 g; Sól: 3.77 g; Kw. tł.nas: 22.52 g;	E: 2371.52 kcal; : 99.46 g; T: 78.78 g; W: 322.67 g; w tym cukry: 93.08 g; Bł: 16.66 g; Sól: 3.79 g; Kw. tł.nas: 32.79 g;

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE.) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU.) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE.) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU.) herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix 300 ml (GLU, MLE.) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE.) bukiet jesienny (grosz+kalaf+march) z dipem ziołowym+olej 100 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU.) herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml (MLE.)
	II ŚN	mus owocowy 200 g	mus owocowy 200 g biszkopty (5 szt) 20 g (GLU, JAJ,)	sok pomidorowy 330 ml	maślanka z truskawkami i otrębami pszennymi 150 ml (GLU, MLE,)
	Obiad	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL.) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) kasza jęczmienna(GLU JEĆZ,) 200 g (GLU,) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU,) kompot owocowy 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL.) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (GLU, SEL.) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) kasza jęczmienna(GLU JEĆZ,) 200 g (GLU,) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD				ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ,GLU ŻYT,GLU JEĆZ,GLU OW,MLE,SOJ OZI) 50 g (GLU, MLE,)
	Kolacja	szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g (SEL,) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml (GLU, JAJ, MLE.) herbata z cukrem 250 ml	szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g (SEL,) jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ,) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	
	PN	galaretkę owocową do picia 200 ml			galaretkę owocową do picia 200 ml
		E: 1836.98 kcal; : 66.36 g; T: 61.54 g; W: 265.23 g; w tym cukry: 66.74 g; Bł: 21.30 g; Sól: 3.52 g; Kw. tł.nas: 14.95 g;	E: 2017.34 kcal; : 71.54 g; T: 63.21 g; W: 301.50 g; w tym cukry: 66.88 g; Bł: 22.66 g; Sól: 3.83 g; Kw. tł.nas: 15.43 g;	E: 2043.63 kcal; : 82.94 g; T: 73.13 g; W: 270.34 g; w tym cukry: 47.26 g; Bł: 13.10 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 22.76 g;	E: 2334.78 kcal; : 96.33 g; T: 84.22 g; W: 313.53 g; w tym cukry: 61.11 g; Bł: 27.03 g; Sól: 4.94 g; Kw. tł.nas: 21.57 g;

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-10-02 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) parówka (1 szt.)(SOJ,GOR) 60 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) ketchup 20 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) ketchup 20 g sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE,</b> )
	II ŚN	mus owocowy 200 g		sok pomidorowy 330 ml	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	jarzynowa z ziemniakami i natk.pietr. (GLU PSZ, MLE) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z warzywami(SEL,) 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	jarzynowa z ziemniakami i natk.pietr. (GLU PSZ, MLE) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z warzywami(SEL,) 200 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD				sok wielowarzywny 330 ml
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko gotowane 120 g			jabłko gotowane 120 g
		E: 1791.80 kcal; : 52.73 g; T: 64.70 g; W: 257.13 g; w tym cukry: 82.28 g; Bł: 17.87 g; Sól: 3.07 g; Kw. tł.nas: 22.78 g;	E: 2169.70 kcal; : 65.99 g; T: 84.77 g; W: 294.05 g; w tym cukry: 82.62 g; Bł: 19.71 g; Sól: 4.92 g; Kw. tł.nas: 29.40 g;	E: 2043.63 kcal; : 82.94 g; T: 73.13 g; W: 270.34 g; w tym cukry: 47.26 g; Bł: 13.10 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 22.76 g;	E: 2297.37 kcal; : 78.68 g; T: 92.56 g; W: 295.78 g; w tym cukry: 70.37 g; Bł: 19.18 g; Sól: 6.02 g; Kw. tł.nas: 33.62 g;



SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) pomidor bez skórki 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ,GLU JĘCZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE,</b> ) woda mineralna niegazowana 500 ml
	II ŚN	bułeczka drożdżowa z marmoladą i z sezamem(GLU PSZ,MLE,JAJ, SEZ) 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> )	sok pomidorowy 300 ml	bułeczka drożdżowa z marmoladą i z sezamem(GLU PSZ,MLE,JAJ, SEZ) 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> )	
	Obiad	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) filet z drobiu w sosie koperkowym(GLU PSZ,MLE,) 120 g ( <b>GLU,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	kalafiorowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kalafiorowa z ryżem i nat.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) filet z drobiu w sosie koperkowym(GLU PSZ,MLE,) 120 g ( <b>GLU,</b> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD			sok owocowy 300 ml	
	Kolacja	pomidor bez skórki 100 g ogórek świeży (plastry) 50 g szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ogórek świeży (plastry) 50 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ogórek świeży (plastry) 50 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml			kisiel z tartym jabłkiem 200 ml
		E: 1775.68 kcal; : 76.45 g; T: 54.69 g; W: 254.51 g; w tym cukry: 85.49 g; Bł: 20.30 g; Sól: 2.68 g; Kw. tł.nas: 16.99 g;	E: 2034.61 kcal; : 87.58 g; T: 56.18 g; W: 306.13 g; w tym cukry: 86.00 g; Bł: 22.87 g; Sól: 4.08 g; Kw. tł.nas: 17.32 g;	E: 1780.14 kcal; : 81.69 g; T: 57.65 g; W: 241.10 g; w tym cukry: 32.35 g; Bł: 13.96 g; Sól: 5.10 g; Kw. tł.nas: 18.69 g;	E: 2290.13 kcal; : 95.17 g; T: 69.75 g; W: 334.73 g; w tym cukry: 93.23 g; Bł: 21.80 g; Sól: 4.29 g; Kw. tł.nas: 25.12 g;

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	
2024-10-04 piątek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) dżem owocowy 25 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) dżem owocowy 25 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> )	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ, GLU JĘCZ, MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kawa zbożowa z mlekiem i cukrem(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+na tk.pietr.+jog.nat. 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE,</b> )	
	II ŚN	kefir bananowy 150 ml ( <b>MLE,</b> )		sok pomidorowy 300 ml	kefir bananowy 150 ml ( <b>MLE,</b> )	
	Obiad	krupnik jaglany z nat.pietr. (SEL, MLE,) 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	krupnik jaglany z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	krupnik jaglany z nat.pietr. (SEL, MLE,) 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) pulpet z ryby(GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z miąższem owocowym 250 ml		
	PD					sok owocowy 300 ml
	Kolacja	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	
	PN	jabłko gotowane 120 g			jabłko gotowane 120 g	
		E: 1785.15 kcal; : 64.06 g; T: 56.08 g; W: 266.90 g; w tym cukry: 75.85 g; Bł: 22.05 g; Sól: 2.96 g; Kw. tł.nas: 18.57 g;	E: 1924.47 kcal; : 68.66 g; T: 56.84 g; W: 296.24 g; w tym cukry: 76.13 g; Bł: 23.51 g; Sól: 3.58 g; Kw. tł.nas: 18.75 g;	E: 1801.39 kcal; : 82.48 g; T: 58.06 g; W: 244.57 g; w tym cukry: 31.56 g; Bł: 13.71 g; Sól: 5.07 g; Kw. tł.nas: 18.77 g;	E: 2287.78 kcal; : 80.55 g; T: 74.20 g; W: 340.95 g; w tym cukry: 88.88 g; Bł: 26.13 g; Sól: 3.91 g; Kw. tł.nas: 26.98 g;	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2	
2024-10-05 sobota	Śniadanie	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE) masło roślinne 10 g sałata zielona (2 liście) 35 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE) jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ.) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ,GLU JEĆZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE.) herbata owocowa z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ,MLE,) 250 ml (GLU, MLE.) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE.) jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ.) sałata zielona (2 liście) 35 g masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU.) herbata z cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml (MLE.)	
	II ŚN	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml		sok pomidorowy 330 ml	kisiel z tartym jabłkiem 200 ml Banan 200 g	
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml (GLU, MLE, SEL.) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g (MLE.) kompot jabłkowy 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL) 350 ml (GLU, SEL.) herbata bez cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml (GLU, MLE, SEL.) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g (MLE.) kompot jabłkowy 250 ml		
	PD				biskopki (5 szt) 20 g (GLU, JAJ.)	
	Kolacja	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ.) pomidor b/ skórki 50 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU.) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ.) masło roślinne 10 g pomidor bez skórki 100 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU.) herbata z cukrem 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml (GLU, JAJ, MLE.) herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ.) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU.) herbata z cukrem 250 ml	
	PN	sok owocowy 300 ml			maślanka(MLE,) 150 ml (MLE.)	
		E: 1776.77 kcal; : 54.40 g; T: 39.49 g; W: 311.82 g; w tym cukry: 84.23 g; Bł: 15.11 g; Sól: 3.10 g; Kw. tł.nas: 12.06 g;	E: 1907.69 kcal; : 65.71 g; T: 48.02 g; W: 314.31 g; w tym cukry: 85.58 g; Bł: 15.68 g; Sól: 3.42 g; Kw. tł.nas: 14.70 g;	E: 1981.12 kcal; : 83.46 g; T: 69.64 g; W: 263.32 g; w tym cukry: 43.22 g; Bł: 15.68 g; Sól: 5.21 g; Kw. tł.nas: 21.86 g;	E: 2443.74 kcal; : 86.57 g; T: 73.15 g; W: 369.32 g; w tym cukry: 136.83 g; Bł: 20.06 g; Sól: 4.38 g; Kw. tł.nas: 24.25 g;	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-800 Leżajsk 40. tygodnia, tj. od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <u>SOJ.</u> ) pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU.</u> ) herbata z cukrem 250 ml		grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <u>GLU., MLE.</u> ) herbata bez cukru 250 ml	
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml		sok pomidorowy 330 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <u>GLU., SEL.</u> ) udko z kurczaka pieczone 200 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <u>GLU., MLE.</u> ) młode ziemniaki z koperkiem 230 g kompot jabłkowy 250 ml		rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <u>GLU., SEL.</u> ) herbata bez cukru 250 ml	
	PD			owsianka z jabłkami(GLU OW,MLE,) 300 ml ( <u>MLE.</u> )	
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE.</u> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <u>GLU.</u> ) herbata z cukrem 250 ml		ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE.</u> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU.</u> ) herbata z cukrem 250 ml	
	PN	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g	
		E: 1716.75 kcal; : 103.12 g; T: 63.04 g; W: 192.24 g; w tym cukry: 55.21 g; Bł: 16.49 g; Sól: 3.20 g; Kw. tł.nas: 17.78 g;	E: 1804.47 kcal; : 106.01 g; T: 63.51 g; W: 210.70 g; w tym cukry: 55.38 g; Bł: 17.41 g; Sól: 3.58 g; Kw. tł.nas: 17.88 g;	E: 1938.26 kcal; : 82.20 g; T: 73.28 g; W: 243.76 g; w tym cukry: 31.23 g; Bł: 11.63 g; Sól: 4.76 g; Kw. tł.nas: 22.77 g;	E: 2448.87 kcal; : 131.87 g; T: 83.00 g; W: 305.19 g; w tym cukry: 83.57 g; Bł: 23.36 g; Sól: 4.97 g; Kw. tł.nas: 25.05 g;

Dieta III (kleik) - 13/M	
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie
	II ŚN
	Obiad
	PD
	Kolacja
	PN

Dieta III (kleik) - 13/M		
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml
	Obiad	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PD	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml
	Kolacja	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PN	
		E: 450.00 kcal; ; 10.27 g; T: 1.34 g; W: 101.04 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.06 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;

2024-10-02 środa		Dieta III (kleik) - 13/M
Śniadanie		sucharki 28,5 g ( <u>GLU, JAJ, MLE.</u> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml
II ŚN		sucharki 28,5 g ( <u>GLU, JAJ, MLE.</u> ) herbata bez cukru 250 ml
Obiad		sucharki 28,5 g ( <u>GLU, JAJ, MLE.</u> ) kleik grysikowy na wodzie 300 ml ( <u>GLU.</u> ) herbata bez cukru 250 ml
PD		sucharki 28,5 g ( <u>GLU, JAJ, MLE.</u> ) herbata bez cukru 250 ml
Kolacja		sucharki 28,5 g ( <u>GLU, JAJ, MLE.</u> ) kleik grysikowy na wodzie 300 ml ( <u>GLU.</u> ) herbata bez cukru 250 ml
PN		
		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;

Dieta III (kleik) - 13/M		
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	Obiad	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PD	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	Kolacja	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) kleik grysikowy na wodzie (GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PN	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;



Dieta III (kleik) - 13/M		
2024-10-04 piątek	Śniadanie	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	Obiad	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PD	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	Kolacja	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PN	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;

Dieta III (kleik) - 13/M		
2024-10-05 sobota	Śniadanie	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml
	Obiad	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PD	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml
	Kolacja	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PN	E: 450.00 kcal; : 10.27 g; T: 1.34 g; W: 101.04 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.06 g; Kw. tł.nas: 0.21 g;

Dieta III (kleik) - 13/M		
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml
	Obiad	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PD	sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml
	Kolacja	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml ( <b>GLU</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	PN	E: 450.00 kcal; : 10.27 g; T: 1.34 g; W: 101.04 g; w tym cukry: 0.20 g; Bł: 3.20 g; Sól: 0.06 g; Kw. tł.nas: 0.21 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,*