

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-000, Leżajsk okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie	pasztet drobiowy (1 szt)(GLU PSZ,SOJ,MLE,) 100 g ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g	sałatka z og. kiszzonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (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
	II ŚN	kisiel 150 ml		sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kisiel 150 ml
	Obiad	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g ( <b>GLU,</b> ) kompot z miąższem owocowym 250 ml		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	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g ( <b>GLU,</b> ) kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 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 bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	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	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
		E: 1975.49 kcal; : 70.79 g; T: 57.95 g; W: 299.40 g; w tym cukry: 52.44 g; Bł: 26.39 g; Sól: 5.86 g; Kw. tł.nas: 17.06 g;	E: 2038.04 kcal; : 80.06 g; T: 51.46 g; W: 312.98 g; w tym cukry: 49.82 g; Bł: 9.52 g; Sól: 4.08 g; Kw. tł.nas: 11.95 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: 1680.88 kcal; : 68.35 g; T: 40.73 g; W: 267.75 g; w tym cukry: 50.04 g; Bł: 16.19 g; Sól: 4.08 g; Kw. tł.nas: 9.76 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2025-01-07 wtorek	Sniadanie	sał ryżowa+sał+mar+ceb+pap+rodz+kuk+grosz+jog nat (MLE,) 130 g ( <b>MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) 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
	II SN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ,MLE,JAJ) 260g 260 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</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(GLU PSZ,MLE,) 320 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik grysikowy na wodzie 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makaron z serem(GLU PSZ,MLE,) 320 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	
	Kolacja	ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 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 bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik grysikowy na wodzie 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jogurt z musem truskawkowym(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )			jogurt z musem truskawkowym(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )
		E: 2050.52 kcal; : 81.65 g; T: 62.37 g; W: 302.35 g; w tym cukry: 71.61 g; Bł: 28.14 g; Sól: 5.37 g; Kw. tł.nas: 19.45 g;	E: 2035.16 kcal; : 75.93 g; T: 56.07 g; W: 314.42 g; w tym cukry: 62.99 g; Bł: 20.68 g; Sól: 3.82 g; Kw. tł.nas: 16.13 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: 1962.86 kcal; : 75.90 g; T: 48.07 g; W: 314.38 g; w tym cukry: 62.95 g; Bł: 20.68 g; Sól: 3.79 g; Kw. tł.nas: 14.31 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2025-01-08 środa	Śniadanie	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml (MLE,) papryka w kawałku 50 g sałata lodowa 35 g kiełbasa wieprzowo50%-wołowa50%(2pl) 35 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml (MLE,) sałata lodowa 35 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) ser biały (MLE) 70 g (MLE,) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml (MLE,) sałata lodowa 35 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ,) ser biały (MLE) 70 g (MLE,) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml
	II SN	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml (GLU, MLE,)		sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml (GLU, MLE,)
	Obiad	Zurek na kielbasie z ziemniakami(GLU ŻYT, GLU PSZ, SOJ, MLE,) 350 ml (GLU, SOJ,) sznycel wieprzowy(GLU PSZ, JAJ,) 120 g (GLU, JAJ,) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g Pęczak(GLU JĘCZ,) 200 g (GLU,) kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml (GLU, SEL,) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml (GLU, SEL,) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g (GLU,) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml (GLU, SEL,) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml (GLU, SEL,) buraczki(GLU PSZ,) 150 g (GLU, MLE,) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g (GLU,) kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	
	Kolacja	Pomidor bez skórki 50 g pasta z sera białego i ryby (szprot w pomidorach) ze szczypiorkiem(GLU PSZ, RYB, MLE,) 80 g (RYB, MLE,) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	Pomidor bez skórki 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g (RYB, MLE,) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	Pomidor bez skórki 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g (RYB, MLE,) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)			maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)
		E: 2157.74 kcal; : 88.92 g; T: 73.46 g; W: 299.29 g; w tym cukry: 69.46 g; Bł: 30.36 g; Sól: 4.21 g; Kw. tł.nas: 15.20 g;	E: 2286.93 kcal; : 91.38 g; T: 76.75 g; W: 320.60 g; w tym cukry: 73.60 g; Bł: 27.57 g; Sól: 4.53 g; Kw. tł.nas: 17.72 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: 2025.30 kcal; : 91.39 g; T: 48.18 g; W: 318.56 g; w tym cukry: 69.94 g; Bł: 25.78 g; Sól: 4.36 g; Kw. tł.nas: 12.80 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2025-01-09 czwartek	Sniadanie	sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) musztarda 20 g ( <b>GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II SN	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )		sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	kalafiorowa z ziemniakami i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) Gołąbki z kaszy grycz. i ryżu z warzyw.(2 szt)(SEL,) 350 g ( <b>SEL,</b> ) sos pieczarkowy 100 ml ( <b>GLU,</b> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) rizotto z mięsem 170 g sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	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	kalafiorowa z ziemniakami i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) rizotto z mięsem 170 g sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	
	Kolacja	twarożek z rzodkiewką(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	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	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) dżem owocowy 25 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	kisiel 150 ml			kisiel 150 ml
		E: 2032.70 kcal; : 74.86 g; T: 77.44 g; W: 288.03 g; w tym cukry: 77.86 g; Bł: 35.75 g; Sól: 5.33 g; Kw. tł.nas: 10.17 g;		E: 2028.51 kcal; : 83.65 g; T: 73.23 g; W: 280.17 g; w tym cukry: 61.13 g; Bł: 20.64 g; Sól: 5.46 g; Kw. tł.nas: 12.13 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;

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2025-01-10 piątek	Sniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g Paprykarz szczeciński (GLU PSZ, SOJ,) 135 g ( <b>GLU, RYB, SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki (GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cytryną i cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g 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 cytryną i cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEĆZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem (MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) miód naturalny 25 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II SN	Jogurt z musem bananowym (MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )		sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	Jogurt z musem bananowym (MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> ) Biszkopty. 62,5 g ( <b>GLU, JAJ,</b> )
	Obiad	jarzynowa z ryżem i natk.pietr. (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Kotlet mielony z morskczuka (GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) kapusta zasmażana (GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	jarzynowa z ryżem i natk.pietr. (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) pulpet z ryby z morskczuka (GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) marchewka oprószana (GLU PSZ, MLE,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	jarzynowa z ryżem i natk.pietr. (GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) pulpet z ryby z morskczuka (GLU PSZ, JAJ,) 130 g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ, MLE,) 100 ml ( <b>GLU,</b> ) marchewka oprószana (GLU PSZ, MLE,) 150 g ( <b>GLU,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g
	PD			sucharki 28,5 g herbata bez cukru 250 ml	
	Kolacja	sałatka jarzyn. + og. kisz. + kukur. + jajko + nat.pietr. + jog.nat. (SEL, JAJ, MLE,) 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki (GLU PSZ, GLU ŻYT) 120 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr. + jog.nat. (SEL, MLE,) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) jajko (JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sucharki 28,5 g kleik grysikowy na wodzie 300 ml ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 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
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g

2025-01-10 piątek

Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
E: 2226.37 kcal; : 73.73 g; T: 75.89 g; W: 326.88 g; w tym cukry: 69.92 g; Bł: 37.06 g; Sól: 7.85 g; Kw. tł.nas: 13.53 g;	E: 2167.64 kcal; : 87.44 g; T: 69.52 g; W: 311.98 g; w tym cukry: 73.52 g; Bł: 30.28 g; Sól: 5.97 g; Kw. tł.nas: 18.87 g;	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;	E: 2113.84 kcal; : 81.28 g; T: 45.37 g; W: 357.32 g; w tym cukry: 58.97 g; Bł: 28.87 g; Sól: 4.16 g; Kw. tł.nas: 13.24 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2025-01-11 sobota	Śniadanie	sałatka z groszku+marchew+olej+bazyli 80 g twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g (MLE,) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g 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	sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 15 g herbata z cukrem 250 ml bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,)
	II SN	kisiel 150 ml		sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	kisiel 150 ml
	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 z miąższem owocowym 250 ml		sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) 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 z miąższem owocowym 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) herbata bez cukru 250 ml	
	Kolacja	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło roślinne 15 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml		sucharki 28,5 g (GLU, JAJ, MLE,) kleik grysikowy na wodzie(GLU PSZ,) 300 ml (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (SOJ,) masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,) herbata z cukrem 250 ml
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)			maślanka(MLE,) 150 ml (MLE,)
		E: 2095.91 kcal; : 64.37 g; T: 61.65 g; W: 334.52 g; w tym cukry: 94.38 g; Bł: 31.76 g; Sól: 4.62 g; Kw. tł.nas: 15.33 g;	E: 2138.03 kcal; : 64.81 g; T: 62.39 g; W: 341.44 g; w tym cukry: 94.00 g; Bł: 28.10 g; Sól: 4.72 g; Kw. tł.nas: 15.37 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: 2134.13 kcal; : 64.53 g; T: 62.26 g; W: 339.49 g; w tym cukry: 94.72 g; Bł: 19.50 g; Sól: 4.24 g; Kw. tł.nas: 15.26 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk ~~37-900 Leżajsk~~ okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		Dieta podstawowa -1	Dieta łatwostrawna -2	Dieta III (kleik) - 13/M	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa, trzustkowa) -3
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.n at.(MLE,) 100 g ( <b>GLU,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.n at.(MLE,) 100 g ( <b>GLU,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (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	sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) kleik ryżowy 100 ml herbata bez cukru 250 ml	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.n at.(MLE,) 100 g ( <b>GLU,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	galaretka owocowa do picia 200 ml		sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) wątróbka drob.z cebulką smażoną 120 g czwikła 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 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> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	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	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> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD			sucharki 28,5 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	
	Kolacja	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziolowym 100 g ( <b>MLE,</b> ) ser topiony(MLE) 50 g ( <b>MLE,</b> ) szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <b>SEL,</b> ) masło roślinne 10 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziolowym 100 g ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <b>SEL,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	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	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziolowym 100 g ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka konserwowa drobiowa (2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <b>SEL,</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		jabłko gotowane 120 g
	E: 1960.37 kcal; : 72.64 g; T: 56.22 g; W: 298.79 g; w tym cukry: 61.92 g; Bł: 36.56 g; Sól: 7.10 g; Kw. tł.nas: 15.88 g;	E: 2007.98 kcal; : 109.09 g; T: 69.52 g; W: 243.79 g; w tym cukry: 61.81 g; Bł: 24.71 g; Sól: 4.82 g; Kw. tł.nas: 18.13 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: 2023.62 kcal; : 115.79 g; T: 55.44 g; W: 273.77 g; w tym cukry: 62.01 g; Bł: 26.87 g; Sól: 5.77 g; Kw. tł.nas: 14.67 g;	



SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk **Plan diety na okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA**

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	plynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) 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 sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 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
	II ŚN	kisiel b/cukru 150 ml	sok pomidorowy 330 ml	kisiel 150 ml	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Obiad	selerowa z ziemniakami i zieloną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) spagetti (pełnoziarniste) z mięsem i sosem pomidorowym 200 g ( <b>GLU,</b> ) kompot z miąższem owocowym b/cukru 250 ml	selerowa z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieloną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g ( <b>GLU,</b> ) filet z drobiu gotowany 110 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	selerowa z ziemniakami i mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PD	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Kolacja	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	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 bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 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
		E: 2045.24 kcal; : 92.93 g; T: 63.64 g; W: 285.18 g; w tym cukry: 36.82 g; Bł: 29.02 g; Sól: 7.39 g; Kw. tł.nas: 14.61 g;	E: 2052.06 kcal; : 83.27 g; T: 73.20 g; W: 272.52 g; w tym cukry: 48.35 g; Bł: 17.50 g; Sól: 4.83 g; Kw. tł.nas: 22.77 g;	E: 2033.94 kcal; : 102.69 g; T: 52.22 g; W: 291.67 g; w tym cukry: 50.30 g; Bł: 13.32 g; Sól: 4.91 g; Kw. tł.nas: 12.56 g;	E: 1584.59 kcal; : 86.77 g; T: 47.25 g; W: 215.27 g; w tym cukry: 30.57 g; Bł: 18.59 g; Sól: 1.11 g; Kw. tł.nas: 11.71 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk **Plan diety na okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA**

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	plynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML
2025-01-07 wtorek	Śniadanie	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g 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
	II SN	jabłko 120 g	sok owocowy 300 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g	sok owocowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makaron orkiszowy z serem (GLU, ORISZ, MLE) 350 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makaron orkiszowy z serem (GLU, ORISZ, MLE) 350 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) filet z drobiu gotowany 110 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z miesem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	PD	jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU,</b> )			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Kolacja	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	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> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 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
	PN	jogurt z musem truskawkowym(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )		jogurt z musem truskawkowym(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	
		E: 1991.68 kcal; : 88.59 g; T: 64.96 g; W: 274.61 g; w tym cukry: 47.14 g; Bł: 41.30 g; Sól: 5.15 g; Kw. tł.nas: 19.12 g;	E: 2131.23 kcal; : 83.86 g; T: 74.46 g; W: 291.44 g; w tym cukry: 45.38 g; Bł: 15.95 g; Sól: 4.34 g; Kw. tł.nas: 22.72 g;	E: 2233.96 kcal; : 110.43 g; T: 66.03 g; W: 302.33 g; w tym cukry: 62.59 g; Bł: 28.68 g; Sól: 4.29 g; Kw. tł.nas: 18.98 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;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk ~~z dniem 2025-01-06~~ ~~okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12~~ **KUCHNIA OGÓLNA**

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	plynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML
2025-01-08 środa	Śniadanie	sałata lodowa 35 g papryka w kawałku 50 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb żytni wieloziarnisty 2 kromki(GLU PSZE, GLU ŻYT) 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	płatki ryżowe z bułką mix(GLU PSZ, MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) sałata lodowa 35 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) ser biały (MLE) 70 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 15 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
	II SN	jabłko 120 g	sok wielowarzywny 330 ml	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ, MLE) 100 ml ( <b>GLU, MLE,</b> )	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Obiad	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) Pęczak(GLU JĘCZ,) 200 g ( <b>GLU,</b> ) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g ( <b>GLU,</b> ) sałatka z buraków i jabłka +olej rzepakowy 150 g 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
	PD	jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Kolacja	Pomidor 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g ( <b>RYB, MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Pomidor bez skórki 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g ( <b>RYB, MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 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
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )		maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	
		E: 2332.14 kcal; : 86.35 g; T: 89.13 g; W: 310.89 g; w tym cukry: 56.35 g; Bł: 33.49 g; Sól: 4.78 g; Kw. tł.nas: 18.12 g;	E: 1831.23 kcal; : 80.27 g; T: 56.77 g; W: 255.21 g; w tym cukry: 44.19 g; Bł: 13.85 g; Sól: 4.97 g; Kw. tł.nas: 18.36 g;	E: 2332.27 kcal; : 106.74 g; T: 75.92 g; W: 317.53 g; w tym cukry: 70.14 g; Bł: 25.54 g; Sól: 4.45 g; Kw. tł.nas: 17.65 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;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk ~~z dniem 2025-01-06~~ ~~okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12~~ **KUCHNIA OGÓLNA**

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	plynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML
2025-01-09 czwartek	Śniadanie	sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 g parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata owocowa z cukrem 250 ml	sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 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
	II ŚN	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	sok pomidorowy 330 ml	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Obiad	kalafiorowa z ziemniakami i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) rizotto z ryżem brązowym i mięsem 170 g sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) rizotto z mięsem 170 g filet z drobiu gotowany 110 g sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	kalafiorowa z ziemniakami i mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PD	jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Kolacja	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 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	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) 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
	PN	kisiel b/cukru 150 ml		kisiel 150 ml	
		E: 2106.59 kcal; : 99.71 g; T: 76.07 g; W: 284.50 g; w tym cukry: 43.57 g; Bł: 35.66 g; Sól: 6.39 g; Kw. tł.nas: 13.41 g;	E: 1922.17 kcal; : 83.69 g; T: 57.22 g; W: 275.74 g; w tym cukry: 51.26 g; Bł: 17.79 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 18.55 g;	E: 2188.45 kcal; : 115.88 g; T: 82.72 g; W: 266.02 g; w tym cukry: 60.99 g; Bł: 19.56 g; Sól: 5.61 g; Kw. tł.nas: 14.97 g;	E: 1512.76 kcal; : 86.59 g; T: 45.99 g; W: 197.68 g; w tym cukry: 33.89 g; Bł: 20.06 g; Sól: 1.66 g; Kw. tł.nas: 11.78 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk ~~z dniem 2025-01-06~~ ~~okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12~~ **KUCHNIA OGÓLNA**

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	plynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML
2025-01-10 piątek	Śniadanie	sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU,) herbata z cytryną b/ cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku z bułką mix(GLU PSZ,GLU JEŹCZ,MLE,) 300 ml (GLU, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEŹCZ,MLE,) 250 ml (GLU, MLE,) sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cytryną i cukrem 250 ml	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml
	II SN	jogurt(MLE,) 150 ml (MLE,)	sok pomidorowy 330 ml	Jogurt z musem bananowym(MLE,) 150 ml (MLE,)	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml (GLU, SEL,)
	Obiad	jarzynowa z ryżem i natk.pietr. (GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) pulpet z ryby z morszczuka(GLU PSZ,JAJ) 130 g (GLU, JAJ, RYB,) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU,) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owocowy b/cukru 250 ml	jarzynowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) herbata z cukrem 250 ml	jarzynowa z ryżem i natk.pietr. (GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) pulpet z ryby z morszczuka(GLU PSZ,JAJ) 130 g (GLU, JAJ, RYB,) pulpet z ryby z morszczuka(GLU PSZ,JAJ) 130 g (GLU, JAJ, RYB,) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU,) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	jarzynowa z ryżem z mięsem mix b/śmietany 350 ml (GLU, SEL,) herbata z cukrem 250 ml
	PD	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (GLU,)			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml (GLU, SEL,)
	Kolacja	sałatka jarzyn.+og.kisz.+kukur.+jajko+nat.pietr.+jog.nat.(SEL,JAJ,MLE,) 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml (GLU, JAJ, MLE,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	ryżowa z mięsem mix b/śmietany 300 ml (SEL,) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko 120 g		jabłko gotowane 120 g	

	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML
2025-01-10 piątek	E: 2045.98 kcal; : 77.09 g; T: 68.46 g; W: 299.54 g; w tym cukry: 50.82 g; Bł: 41.38 g; Sól: 6.34 g; Kw. tł.nas: 16.49 g;	E: 1864.86 kcal; : 81.87 g; T: 60.04 g; W: 256.63 g; w tym cukry: 48.13 g; Bł: 17.12 g; Sól: 5.15 g; Kw. tł.nas: 20.13 g;	E: 2448.47 kcal; : 103.06 g; T: 88.01 g; W: 325.29 g; w tym cukry: 73.55 g; Bł: 31.09 g; Sól: 6.35 g; Kw. tł.nas: 20.81 g;	E: 1454.59 kcal; : 84.53 g; T: 45.94 g; W: 184.31 g; w tym cukry: 32.30 g; Bł: 17.87 g; Sól: 1.61 g; Kw. tł.nas: 11.79 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk ~~okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12~~ **KUCHNIA OGÓLNA**

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	płynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML
2025-01-11 sobota	Śniadanie	sałatka z groszku+marchew+olej+bazyli 80 g twarożek ze świeżą papryką(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	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) pasta z ugot. groszk.+march.+olej+bazyli 80 g masło roślinne 15 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
	II SN	kisiel b/cukru 150 ml	sok owocowy 300 ml	kisiel 150 ml	sok pomidorowy 330 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Obiad	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> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot z miąższem owocowym b/ cukru 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix(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> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE,</b> ) filet z drobiu gotowany 110 g jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) kompot z miąższem owocowym 250 ml	Barszcz czerwony z mięsem mix b/śmietany(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PD	pomidor 100 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU,</b> )			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Kolacja	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 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	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 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
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )		maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	
	E: 2094.80 kcal; : 65.83 g; T: 74.10 g; W: 312.85 g; w tym cukry: 67.78 g; Bł: 45.49 g; Sól: 4.96 g; Kw. tł.nas: 17.14 g;	E: 2102.82 kcal; : 84.32 g; T: 70.45 g; W: 293.07 g; w tym cukry: 47.63 g; Bł: 16.30 g; Sól: 4.29 g; Kw. tł.nas: 21.66 g;	E: 2297.97 kcal; : 97.04 g; T: 71.88 g; W: 327.29 g; w tym cukry: 93.86 g; Bł: 27.02 g; Sól: 4.87 g; Kw. tł.nas: 18.21 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;	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk **Dieta na okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA**

		z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) - 6	plynna - 13	bogatobiałkowa - 9	bez mleka mix - 13/ML
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.n at.(MLE,) 100 g ( <b>GLU,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.n at.(MLE,) 100 g ( <b>GLU,</b> ) 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	ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II SN	kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	sok pomidorowy 300 ml	kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	sok pomidorowy 300 ml ziemniaczana z mięsem mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Obiad	Rosół z makaronem i natk.pietr.l(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g ziemniaki z koperkiem 250 g brokuł got.-różyczki 100 g kompot z miąższem owocowym b/ cukru 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 buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml	rosół z makaronem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PD	pomidor 100 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU,</b> )			ziemniaczana mix b/śmietany 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )
	Kolacja	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziolowym 100 g ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka konserwowa drobiowa ( 2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <b>SEL,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 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	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziolowym 100 g ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka konserwowa drobiowa ( 2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <b>SEL,</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
	PN	jabłko 120 g		jabłko gotowane 120 g	
		E: 2074.58 kcal; : 117.17 g; T: 78.60 g; W: 235.76 g; w tym cukry: 45.48 g; Bł: 33.73 g; Sól: 5.24 g; Kw. tł.nas: 20.92 g;	E: 1996.31 kcal; : 82.12 g; T: 73.26 g; W: 258.35 g; w tym cukry: 45.94 g; Bł: 14.90 g; Sól: 4.71 g; Kw. tł.nas: 22.76 g;	E: 2069.78 kcal; : 113.85 g; T: 72.52 g; W: 247.84 g; w tym cukry: 67.96 g; Bł: 24.71 g; Sól: 4.96 g; Kw. tł.nas: 19.92 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;



SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk ~~37-900 Leżajsk~~ okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie	sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g (MLE) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ) jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU) herbata z cukrem 250 ml		sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ) jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kisiel b/cukru 150 ml	kisiel 150 ml		
	Obiad	selerowa z ziemniakami i zieloną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL) paluszki ziemniaczane (9 szt)(GLU PSZ,JAJ,) 300 g (GLU, JAJ) kompot z miąższem owocowym b/cukru 250 ml	Mała selerowa z ziemniakami( GLU PSZE,MLE) 175 ml (GLU, SEL) spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g (GLU) kompot z miąższem owocowym 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieloną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, SEL) spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g (GLU) kompot z miąższem owocowym 250 ml	
	PD	ser topiony(MLE) 50 g (MLE) masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g (GLU)			
	Kolacja	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU) herbata bez cukru 250 ml	ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU) herbata z cukrem 250 ml		
		E: 2060.86 kcal; : 68.34 g; T: 75.70 g; W: 288.33 g; w tym cukry: 35.67 g; Bł: 28.23 g; Sól: 6.13 g; Kw. tł.nas: 26.87 g;	E: 1660.01 kcal; : 73.43 g; T: 49.52 g; W: 236.33 g; w tym cukry: 49.26 g; Bł: 14.09 g; Sól: 5.07 g; Kw. tł.nas: 12.41 g;	E: 1744.58 kcal; : 75.72 g; T: 49.74 g; W: 255.69 g; w tym cukry: 50.64 g; Bł: 16.04 g; Sól: 5.13 g; Kw. tł.nas: 12.44 g;	E: 1814.24 kcal; : 78.02 g; T: 50.12 g; W: 270.36 g; w tym cukry: 50.78 g; Bł: 17.12 g; Sól: 5.44 g; Kw. tł.nas: 12.53 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-07 wtorek	Sniadanie	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) 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	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g ( <b>SOJ,</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	
	II SN	jabłko 120 g	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makaron orkiszowy z serem (GLU, ORISZ, 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> ) makaron z serem(GLU PSZ,MLE,) 320 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(GLU PSZ,MLE,) 320 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD	Pomidor bez skórki 50 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )			
	Kolacja	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	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	jogurt z musem truskawkowym(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )			
		E: 2074.11 kcal; : 86.70 g; T: 62.22 g; W: 304.43 g; w tym cukry: 50.30 g; Bł: 46.27 g; Sól: 4.51 g; Kw. tł.nas: 19.33 g;	E: 1403.56 kcal; : 57.82 g; T: 42.26 g; W: 206.60 g; w tym cukry: 60.78 g; Bł: 17.62 g; Sól: 2.18 g; Kw. tł.nas: 17.13 g;	E: 1760.15 kcal; : 72.53 g; T: 46.27 g; W: 274.30 g; w tym cukry: 61.40 g; Bł: 22.50 g; Sól: 4.34 g; Kw. tł.nas: 17.51 g;	E: 1853.46 kcal; : 74.92 g; T: 47.65 g; W: 293.10 g; w tym cukry: 63.45 g; Bł: 24.48 g; Sól: 4.44 g; Kw. tł.nas: 18.25 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-08 środa	Śniadanie	sałata lodowa 35 g papryka w kawałku 50 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g (MLE) chleb żytni wieloziarnisty 2 kromki(GLU PSZE, GLU ŻYT) 60 g (GLU) herbata bez cukru 250 ml	sałata lodowa 35 g szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g (SOJ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (GLU) herbata z cukrem 250 ml	sałata lodowa 35 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU) herbata z cukrem 250 ml mleko(MLE,) 200 ml (MLE)	sałata lodowa 35 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (SOJ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU) herbata z cukrem 250 ml
	II SN	jabłko 120 g	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ, MLE) 100 ml (GLU, MLE)		
	Obiad	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml (GLU, SEL) placki ziemniaczane (2 szt)(GLU PSZ, JAJ,) 240 g (GLU, JAJ) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owoc b/cukru (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	mała ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZE, MLE, SEL) 175 ml (SEL) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g (GLU) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 300 ml (GLU, SEL) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g (GLU) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owoc (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml	
	PD	jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ) bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (GLU)			
	Kolacja	Pomidor 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE) chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU) herbata bez cukru 250 ml	Pomidor bez skórki 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g (RYB, MLE) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU) herbata z cukrem 250 ml	Pomidor bez skórki 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB, MLE,) 80 g (RYB, MLE) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU) herbata z cukrem 250 ml	
	PZ	maślanka(MLE,) 150 ml (MLE)	mus owocowy 200 g		
		E: 2097.48 kcal; : 78.48 g; T: 71.85 g; W: 297.11 g; w tym cukry: 58.57 g; Bł: 31.00 g; Sól: 4.06 g; Kw. tł.nas: 14.43 g;	E: 1632.66 kcal; : 56.28 g; T: 50.87 g; W: 248.73 g; w tym cukry: 78.39 g; Bł: 23.72 g; Sól: 2.84 g; Kw. tł.nas: 12.67 g;	E: 1951.74 kcal; : 68.19 g; T: 68.49 g; W: 277.77 g; w tym cukry: 88.42 g; Bł: 25.08 g; Sól: 3.89 g; Kw. tł.nas: 17.88 g;	E: 2021.78 kcal; : 66.48 g; T: 65.13 g; W: 305.87 g; w tym cukry: 80.31 g; Bł: 28.22 g; Sól: 4.04 g; Kw. tł.nas: 15.64 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-09 czwartek	Śniadanie	sałatka wiosenna (ogór+pomi+ceb+oliwa z oliwek+nat.piet) 100 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	sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) ketchup 20 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml		sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +zioła 80 g parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) ketchup 20 g masło (MLE) 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE,</b> )		
	Obiad	kalafiorowa z ziemniakami i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) Rizotto z ryżem brązowym z włoszczyzną(SEL,) 240 g ( <b>SEL,</b> ) sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) kompot owocowy b/cukru 250 ml	mała kalafiorowa z ziemniakami i natk.pietr. 175 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) rizotto z mięsem 170 g sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		kalafiorowa z ziemniakami i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) rizotto z mięsem 170 g sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )			
	Kolacja	sałata lodowa 35 g 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	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	
	PN	kisiel b/cukru 150 ml	kisiel 150 ml		
		E: 2056.86 kcal; : 69.75 g; T: 70.25 g; W: 305.53 g; w tym cukry: 45.97 g; Bł: 41.07 g; Sól: 4.30 g; Kw. tł.nas: 17.64 g;	E: 1670.97 kcal; : 72.48 g; T: 72.44 g; W: 200.89 g; w tym cukry: 64.64 g; Bł: 13.77 g; Sól: 4.54 g; Kw. tł.nas: 15.99 g;	E: 1830.99 kcal; : 75.40 g; T: 80.91 g; W: 219.39 g; w tym cukry: 64.85 g; Bł: 15.13 g; Sól: 4.95 g; Kw. tł.nas: 17.91 g;	E: 2005.98 kcal; : 80.93 g; T: 81.61 g; W: 257.74 g; w tym cukry: 67.10 g; Bł: 18.94 g; Sól: 5.41 g; Kw. tł.nas: 18.03 g;

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	
2025-01-10 piątek	Sniadanie	sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU,) herbata z cytryną b/ cukru 250 ml	ogórek małosolny bez skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (GLU,) herbata z cytryną i cukrem 250 ml	ogórek małosolny bez skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE,) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cytryną i cukrem 250 ml		
	II SN	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml (MLE,)	Banan 200 g			
	Obiad	jarzynowa z ryżem i natk.pietr. (GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) Kotlet ziemniaczany z cebulką 2 szt (GLU PSZ,JAJ,) 150 g (GLU, JAJ,) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU,) kompot owocowy b/cukru 250 ml	jarzynowa z ryżem i natk.pietr. (GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) pulpet z ryby z morszczuka(GLU PSZ,JAJ) 130 g (GLU, JAJ, RYB,) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU,) ziemniaki z koperkiem 250 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU,) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml			
	PD	pomidor 100 g masło roślinne 10 g bułka pełnoziarnista(GLU PSZ,) 1 szt (GLU,)				
	Kolacja	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) jajko(JAJ,) 1 szt (JAJ,) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt (GLU,) herbata bez cukru 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g (MLE, SEL,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU,) herbata z cukrem 250 ml		
	PN	jabłko 120 g	sok Kubuś 300 ml			

	wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-10 piątek	E: 1712.35 kcal; : 65.59 g; T: 59.98 g; W: 244.99 g; w tym cukry: 48.43 g; Bł: 35.59 g; Sól: 5.83 g; Kw. tł.nas: 16.33 g;	E: 1568.48 kcal; : 51.14 g; T: 49.78 g; W: 239.42 g; w tym cukry: 74.76 g; Bł: 23.16 g; Sól: 2.82 g; Kw. tł.nas: 15.15 g;	E: 1883.24 kcal; : 61.52 g; T: 51.48 g; W: 305.68 g; w tym cukry: 75.38 g; Bł: 28.04 g; Sól: 4.20 g; Kw. tł.nas: 15.53 g;	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900, Leżajsk okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12 KUCHNIA OGÓLNA

		wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat	
2025-01-11 sobota	Śniadanie	twarożek ze świeżą papryką(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) sałatka z groszku+marchew+olej+bazyli 80 g masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) dżem owocowy 25 g masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml			
	II ŚN	kisiel b/cukru 150 ml	kisiel 150 ml			
	Obiad	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 z miąższem owocowym 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 z miąższem owocowym 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE,</b> ) kompot z miąższem owocowym 250 ml		
	PD	pomidor 100 g masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )				
	Kolacja	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+olej rzep. 100 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 15 g 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 15 g chleb mieszany 1 kromka(GLU PSZ,GLU ŻYT) 42 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	pomidor bez skórki 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb mieszany 2 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 84 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml		
	PN	maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	biszkopty (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ,</b> )			
		E: 2262.23 kcal; : 73.64 g; T: 79.09 g; W: 334.91 g; w tym cukry: 58.35 g; Bł: 45.06 g; Sól: 5.07 g; Kw. tł.nas: 22.13 g;	E: 1722.42 kcal; : 46.28 g; T: 46.65 g; W: 285.57 g; w tym cukry: 80.97 g; Bł: 14.57 g; Sól: 2.51 g; Kw. tł.nas: 13.40 g;	E: 1850.01 kcal; : 51.39 g; T: 48.43 g; W: 309.30 g; w tym cukry: 81.39 g; Bł: 17.51 g; Sól: 3.35 g; Kw. tł.nas: 13.52 g;	E: 1954.93 kcal; : 54.22 g; T: 49.82 g; W: 330.58 g; w tym cukry: 84.45 g; Bł: 19.63 g; Sól: 3.42 g; Kw. tł.nas: 14.25 g;	

SP ZOZ Leżajsk ul. Leśna 22, 37-900 Leżajsk ~~okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-12~~ **KUCHNIA OGÓLNA**

		wegetariańska -1/WE	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 1-3 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 4-9 lat	Dieta łatwostrawna dzieci -P2 10-18 lat
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	sałatka z k.jęczm+fasolka+march.+natka+jog.n at.(MLE,) 100 g ( <b>GLU,</b> ) ser topiony(MLE) 50 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Pomidor bez skórki 50 g szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g ( <b>SOJ,</b> ) ser żółty (1 plaster)(MLE) 20 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml		Pomidor bez skórki 50 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) ser żółty (1 plaster)(MLE) 20 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	II ŚN	kefir(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	mleko(MLE,) 200 ml ( <b>MLE,</b> )		
	Obiad	Ryżowa na rosole(SEL,) 300 ml ( <b>SEL,</b> ) jajko sadzone(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU,</b> <b>MLE,</b> ) kompot z miąższem owocowym 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,</b> <b>MLE,</b> ) małe ziemniaki z koperkiem 70 g kompot z miąższem owocowym 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,</b> <b>MLE,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 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,</b> <b>MLE,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD	pomidor bez skórki 100 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU,</b> )			
	Kolacja	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziolowym 100 g ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) 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	Pomidor bez skórki 50 g 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		Pomidor bez skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		
		E: 2154.55 kcal; : 89.57 g; T: 72.37 g; W: 305.30 g; w tym cukry: 62.36 g; Bł: 41.92 g; Sól: 5.73 g; Kw. tł.nas: 25.45 g;	E: 1603.82 kcal; : 103.36 g; T: 71.91 g; W: 142.29 g; w tym cukry: 64.91 g; Bł: 13.38 g; Sól: 3.19 g; Kw. tł.nas: 22.66 g;	E: 1757.87 kcal; : 107.07 g; T: 72.10 g; W: 177.98 g; w tym cukry: 66.67 g; Bł: 16.31 g; Sól: 3.23 g; Kw. tł.nas: 22.68 g;	E: 2012.05 kcal; : 116.73 g; T: 74.43 g; W: 228.22 g; w tym cukry: 67.41 g; Bł: 19.78 g; Sól: 4.40 g; Kw. tł.nas: 22.91 g;



		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g masło roślinne 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	sok pomidorowy 330 ml	kisiel 150 ml
	Obiad	selerowa z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g ( <b>GLU,</b> ) kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD		jabłko gotowane 120 g
	Kolacja	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 masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
		E: 2052.06 kcal; : 83.27 g; T: 73.20 g; W: 272.52 g; w tym cukry: 48.35 g; Bł: 17.50 g; Sól: 4.83 g; Kw. tł.nas: 22.77 g;	E: 2170.01 kcal; : 98.16 g; T: 72.09 g; W: 290.08 g; w tym cukry: 70.47 g; Bł: 17.65 g; Sól: 4.40 g; Kw. tł.nas: 20.67 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-07 wtorek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+jog nat(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 10 g masło roślinne 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	sok owocowy 300 ml	jabłko pieczone z cynamonem 120 g
	Obiad	solferino z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) makaron z serem(GLU PSZ,MLE,) 320 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		
	Kolacja	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 masło roślinne 10 g bułka kukurydziana (GLU PSZ,MLE) 1 szt ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN	jabłko gotowane 120 g	jogurt z musem truskawkowym(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	E: 2167.73 kcal; : 84.15 g; T: 74.75 g; W: 300.27 g; w tym cukry: 52.46 g; Bł: 17.41 g; Sól: 4.34 g; Kw. tł.nas: 22.75 g;	E: 2209.46 kcal; : 82.76 g; T: 68.07 g; W: 324.26 g; w tym cukry: 72.83 g; Bł: 20.68 g; Sól: 4.08 g; Kw. tł.nas: 20.33 g;	

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-08 środa	Śniadanie	płatki ryżowe z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki ryżowe na mleku(MLE,) 250 ml ( <u>MLE,</u> ) sałata lodowa 35 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <u>SOJ,</u> ) ser biały (MLE) 70 g ( <u>MLE,</u> ) masło (10g) 10 g chleb pszenny 3 kromki 95 g ( <u>GLU,</u> ) mleko 200 ml ( <u>MLE,</u> ) woda mineralna niegazowana 500 ml herbata z cukrem 250 ml
	II SN	sok owocowy 300 ml	kasza manna na mleku z musem truskawkowym(GLU PSZ,MLE) 100 ml ( <u>GLU, MLE,</u> )
	Obiad	ziemniaczana z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 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> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <u>GLU, JAJ,</u> ) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ) kasza jęczmienna(GLU JĘCZ,) 200 g ( <u>GLU,</u> ) surówka z burak.+march.+jabłko+olej rz.+ natk.pietr. 150 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		biskopity (5 szt) 20 g ( <u>GLU, JAJ,</u> )
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	Pomidor bez skórki 50 g pasta z piecz.ryby filet mintaj, sera, włoszczyzny i oleju rzepak.(RYB,MLE,) 80 g ( <u>RYB, MLE,</u> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN		maślanka(MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> )
		E: 1907.23 kcal; : 80.97 g; T: 57.77 g; W: 274.71 g; w tym cukry: 44.19 g; Bł: 13.85 g; Sól: 3.97 g; Kw. tł.nas: 18.36 g;	E: 2465.98 kcal; : 101.08 g; T: 78.29 g; W: 352.01 g; w tym cukry: 83.40 g; Bł: 28.20 g; Sól: 4.71 g; Kw. tł.nas: 23.23 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-09 czwartek	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka letnia (pomidor b/skórki, sałata zielona, natka pietr.) z dipem oliwa z oliwek +ziola 80 g parówka (2 szt.)(SOJ,GOR,) 130 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) 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	sok pomidorowy 330 ml	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	herbata z cukrem 250 ml kalafiorowa z ziemniakami i mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> )	kalafiorowa z ziemniakami i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) rizotto z mięsem 170 g sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) fasolka szparagowa gotowana 90 g kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		
	Kolacja	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	sałata lodowa 35 g 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		kisiel 150 ml
		E: 1912.17 kcal; : 83.67 g; T: 57.22 g; W: 273.24 g; w tym cukry: 48.76 g; Bł: 17.79 g; Sól: 4.79 g; Kw. tł.nas: 18.55 g;	E: 2205.31 kcal; : 90.52 g; T: 85.48 g; W: 290.04 g; w tym cukry: 70.99 g; Bł: 20.64 g; Sól: 5.69 g; Kw. tł.nas: 19.98 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-10 piątek	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ) sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE,</u> ) masło (MLE) 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cytryną i cukrem 250 ml woda mineralna niegazowana 500 ml mleko(MLE,) 200 ml ( <u>MLE,</u> )
	II ŚN	sok pomidorowy 330 ml	Jogurt z musem bananowym(MLE,) 150 ml ( <u>MLE,</u> )
	Obiad	jarzynowa z ryżem z mięsem mix(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	jarzynowa z ryżem i natk.pietr. (GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) pulpet z ryby z morszczuka(GLU PSZ,JAJ) 130 g ( <u>GLU, JAJ, RYB,</u> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <u>GLU,</u> ) ziemniaki z koperkiem 250 g marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <u>GLU,</u> ) kompot owoc (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		sok owocowy 300 ml
	Kolacja	grysik na mleku z bułką mix i jajem mix 300 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka jarzynowa + nat.pietr.+jog.nat.(SEL,MLE,) 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU,</u> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN		jabłko gotowane 120 g



		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-11 sobota	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z groszku+marchew+olej+bazyli 80 g sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 15 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	sok pomidorowy 300 ml	kisiel 150 ml
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i mięsem mix(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> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE,</b> ) kompot z mięszem owocowym 250 ml
	PD		biskopity (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ,</b> )
	Kolacja	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	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 15 g masło roślinne 15 g chleb mieszany 3 kromki(GLU PSZ,GLU ŻYT) 120 g ( <b>GLU,</b> ) herbata z cukrem 250 ml
	PN		maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )
		E: 2024.82 kcal; : 83.62 g; T: 69.15 g; W: 274.37 g; w tym cukry: 50.23 g; Bł: 17.40 g; Sól: 4.77 g; Kw. tł.nas: 21.71 g;	E: 2451.14 kcal; : 74.62 g; T: 78.69 g; W: 373.07 g; w tym cukry: 103.92 g; Bł: 28.81 g; Sól: 5.00 g; Kw. tł.nas: 20.81 g;

		mix do sondy - 13/M	łatwostrawna dla położnic - C2
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	grysik na mleku z bułką mix(GLU PSZ,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z k.jęczm.+fasolka+march.+natka+jog.n at.(MLE,) 100 g ( <b>GLU,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>SOJ,</b> ) masło roślinne 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	sok pomidorowy 300 ml	galaretka owocowa do picia 200 ml
	Obiad	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 buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot z miąższem owocowym 250 ml
	PD		biskopki (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ,</b> )
	Kolacja	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	bukiet kwiatowy (brokuł/kalafior/marchew) z dipem jogurtowo-ziołowym 100 g ( <b>MLE,</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) szynka konserwowa drobiowa ( 2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <b>SEL,</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
		E: 1996.31 kcal; : 82.12 g; T: 73.26 g; W: 258.35 g; w tym cukry: 45.94 g; Bł: 14.90 g; Sól: 4.71 g; Kw. tł.nas: 22.76 g;	E: 2360.00 kcal; : 123.37 g; T: 75.57 g; W: 304.53 g; w tym cukry: 71.89 g; Bł: 27.50 g; Sól: 5.67 g; Kw. tł.nas: 21.08 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,*