

JADŁOSPIS 11.11.2024 – Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Gruszka 140g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 140g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Filet zapiekany 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 140g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Gruszka 140g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki ryżowe na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Gruszka 120g - herbata 250ml
II śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok warzywny 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok owocowy 200ml
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet w sosie musztardowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet w sosie musztardowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa pomidorowa z makaronem 250g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 100g - Surówka z selera 120g - Kompot 250ml
Podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> - Kekes 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Kekes 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Jogurt naturalny 150g (MLEKO) + 2 szt. wafle ryżowe 	<ul style="list-style-type: none"> - Kekes 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Kekes 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Kekes 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 60g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posiłek nocny	<ul style="list-style-type: none"> - Pizzerinka 80g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Kisiel owocowy 200 ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Owiasnka instant 90g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Kisiel owocowy 200 ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pizzerinka 80g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pizzerinka 80g (GLUTEN)
Kaloryczność dla diety ogólnej:						

JADŁOSPIS 12.11.2024 – Wtorek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Szynka wieśniowa 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki żytnie na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Śliwka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Śliwka 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Śliwka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Śliwka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Śliwka 200g
Obiad	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszena (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszena, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot 250ml	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - pszena, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszena, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 250ml	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszena (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszena, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot b/c 250ml	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - pszena, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszena, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 250ml	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszena (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszena, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g - Kompot 250ml	- Zupa ogórkowa 250g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszena (GLUTEN, SELER)) - Kąski kurczaka w sosie warzywnym 150g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszena, brokuł, fasola, marchewka(SELER, GLUTEN)) - Ryż brązowy 100g - Surówka z kapusty pekińskiej 120g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Muffina jasna 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina jasna 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Mus owocowo – warzywny 90g	Muffina jasna 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina jasna 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina jasna 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - File zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - File zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - File zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - File zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - File zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1/2 szt. (JAJA) - Pomidor 60g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - File zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1/2 szt. (JAJA) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, aromat (MLEKO))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))
Kaloryczność dla diety ogólnej:						

JADŁOSPIS 13.11.2024 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Zacierki na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u>) (GLUTEN) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 80g - herbata b/c 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mandarynka 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Mandarynka 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Mandarynka 200g
Obiad	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, se ler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, se ler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Pulpety w sosie z zieloną pietruszką 200g (m. drobiowe, przprawy, pietruszka (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, se ler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, se ler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Pulpety w sosie z zieloną pietruszką 200g (m. drobiowe, przprawy, pietruszka (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, se ler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, se ler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Kotlet mielony 120g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 100g - Surówka z buraczków 120g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 80g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posiłek nocny	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Jabłko 200g	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej:

JADŁOSPIS 14.11.2024 – Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Kasza manna na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 150g (GLUTEN,MLEKO) - Rogal maślany 60g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 80g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g <p>- herbata 250ml</p>
II śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Sok marchewkowy 200ml
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Żurek z kielbasą 400g (wywar drob., ziemniaki, żurek, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN) - Knedle owocowe 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 200g <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Knedle owocowe 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Banan 200g <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Żurek z kielbasą 400g (wywar drob., ziemniaki, żurek, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 200g <p>- Kompot b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Knedle owocowe 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Banan 200g <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Żurek z kielbasą 400g (wywar drob., ziemniaki, żurek, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN) - Knedle owocowe 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 200g <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Żurek z kielbasą 250g (wywar drob., ziemniaki, żurek, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN) - Knedle owocowe 200g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 30g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 120g <p>- Kompot 250ml</p>
Podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> - Drożdżówka z makiem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Drożdżówka z makiem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Mus owocowo – warzywny 90g 	<ul style="list-style-type: none"> - Drożdżówka z makiem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Drożdżówka z makiem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Drożdżówka z makiem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Pomidor 80g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 60g <p>- herbata 250ml</p>
Posilek nocny	<ul style="list-style-type: none"> - Baton zbożowy 80g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Baton zbożowy 80g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym 200ml (gruszka, jogurt nat.) (MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Galaretka owocowa 200 ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Baton zbożowy 80g (GLUTEN) 	<ul style="list-style-type: none"> - Baton zbożowy 80g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej:

JADŁOSPIS 15.11.2024 – Piątek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmiennie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo pszenne 200g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmiennie na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmiennie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmiennie na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1/2 szt. (JAJA) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g <p>- herbata 250ml</p>
II śniadanie	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN)</p> <p>Gruszka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wieśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</p> <p>Mus owocowy 90g</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN)</p> <p>Gruszka 200g</p>	<p>Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g</p> <p>Mus owocowy 90g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN)</p> <p>Gruszka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN)</p> <p>Gruszka 200g</p>
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa dyniowa 400g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa dyniowa 400g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Filet z miruny w lekkim sosie cytrynowym 200g (f.miruny, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa dyniowa 400g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g <p>- Kompot b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa dyniowa 400g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa dyniowa 400g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa dyniowa 250g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 120g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kiszonych ogórków 120g <p>- Kompot 250ml</p>
Podwieczorek	<p>Babka czekoladowa 80g (GLUTEN)</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (GLUTEN)</p>	<p>Maślanka 200g (MLEKO) + 2 wafle ryżowe</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (GLUTEN)</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (GLUTEN)</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (GLUTEN)</p>
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80 g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta z groszku 80g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 60g <p>- herbata 250ml</p>
Posiłek nocny	<p>Ciasteczka żytnie 50g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Ciasteczka żytnie 50g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p> <p>v</p>	<p>Mus owocowo – warzywny 90g</p>	<p>Ciasteczka żytnie 50g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Ciasteczka żytnie 50g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Ciasteczka żytnie 50g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej:

Jadłospis 16.11.2024 - Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Ser żółty 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Ser żółty 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Ser żółty 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Ser żółty 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Filet specjal 20g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Ser żółty 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), 1 liściem sałaty, 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml
Obiad	- Zupa szpinakowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Schab w sosie pieczarkowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka coleslaw 150g - Kompot 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz w sosie pieczeniowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa szpinakowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Schab w sosie pieczarkowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka coleslaw 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz w sosie pieczeniowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa szpinakowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Schab w sosie pieczarkowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN, JAJA) - Surówka coleslaw 150g - Kompot 250ml	- Zupa szpinakowa z ryżem 250g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Schab w sosie pieczarkowym 150g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER) - Kasza pęczak 100g (GLUTEN, JAJA) - Surówka coleslaw 120g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Rogal maślany 80g (GLUTEN)	Rogal maślany 80g (GLUTEN)	Jabłko 200g	Rogal maślany 80g (GLUTEN)	Rogal maślany 80g (GLUTEN)	Rogal maślany 80g (GLUTEN)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN, - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN, - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g - herbata 250ml Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN, - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasztet pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN, - Papryka 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Galaretka owocowa 200ml	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej:

Jadłospis 17.11.2024 Niedziela

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schsb kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, SO2) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 80g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok warzywny 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g
Obiad	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, sele r, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach owasianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Mizeria 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, sele r, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, sele, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, sele r, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach owasianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Mizeria 150g - Kompot b/c 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, sele r, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, sele, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, sele r, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach owasianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Mizeria 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, sele r, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach owasianych 120g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 100g - Mizeria 120g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO)) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Pomidor 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO)) - Ogórek kiszony 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO)) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 80g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO)) - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
Posiłek nocny	Delicje 30g (GLUTEN)	Delicje 30g (GLUTEN)	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Delicje 30g (GLUTEN)	Delicje 30g (GLUTEN)	Delicje 30g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: