

		1	2	3	4	5	6
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn
2025-10-03 piątek	Dieta podstawowa	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g <b>(MLE)</b> Płatki owsiane na mleku 350 ml <b>(GLU, MLE)</b> Pasta warzywna 60 g <b>(GLU, SOJ)</b> Serek wiejski naturalny 200 g Pomidory 50 g Herbata z cytryną 250 ml sałata lodowa 30 g		Pieczarkowa z makaronem 350 g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Ryba panierowana kostka 110 g <b>(GLU,</b> <b>JAJ, MLE)</b> Surówka z kiszanej kapusty 150 g Ziemniaki gotowane 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g <b>(GLU)</b> margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj z majonezem i szczypiorem 75 g <b>(JAJ, MLE, GOR)</b> ogórek św. 50 g Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem 250 g <b>(GLU, MLE)</b>	Mus owocowo warzywny 1 szt
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g <b>(GLU)</b> masło 82% 12,5 g <b>(MLE)</b> Płatki owsiane na mleku 350 ml <b>(GLU, MLE)</b> Pasta warzywna 60 g <b>(GLU, SOJ)</b> Serek wiejski naturalny 200 g sałata lodowa 30 g Pomidory 50 g Herbata z cytryną 250 ml		Kalafiorowa z ziemniakami 350 g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Makaron gotowany z serem 300 g <b>(GLU,</b> <b>MLE)</b> Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g <b>(GLU)</b> margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 75 g <b>(JAJ,</b> <b>MLE)</b> Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem 250 g <b>(GLU, MLE)</b> Pomidory 50 g	Mus owocowo warzywny 1 szt
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka Kielecka 100 g <b>(GLU)</b> masło 82% 10 g <b>(MLE)</b> Pasta warzywna 60 g <b>(GLU, SOJ)</b> sałata lodowa 30 g Serek wiejski naturalny 200 g Herbata z cytryną 250 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml <b>(GLU, MLE)</b>		Kalafiorowa z ziemniakami 350 g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Makaron gotowany z serem 300 g <b>(GLU,</b> <b>MLE)</b> Kompot z owoców mrożonych 250 ml		margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 75 g <b>(JAJ,</b> <b>MLE)</b> Dżem porcjowy 25 g Pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g <b>(GLU, MLE)</b> Bułka Kielecka 100 g <b>(GLU)</b>	Mus owocowo warzywny 1 szt
	Dieta łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Płatki owsiane na mleku 350 ml <b>(GLU, MLE)</b> Bułka Kielecka 100 g <b>(GLU)</b> masło 82% 12,5 g <b>(MLE)</b> Serek wiejski naturalny 200 g Dżem porcjowy 25 g Herbata b/cukru 250 ml		Koperkowa z ziemniakami 350 g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Makaron gotowany z serem 300 g <b>(GLU,</b> <b>MLE)</b> Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g <b>(GLU)</b> margaryna z omega 3 10 g Filet drobiowy gotowany 70 g Kawa z mlekiem 250 g <b>(GLU, MLE)</b>	Mus owocowo warzywny 1 szt

2025-10-03 piątek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g <b>(MLE)</b> Pasta warzywna 60 g <b>(GLU, SOJ)</b> Serek wiejski naturalny 200 g sałata lodowa 30 g Pomidory 50 g Herbata b/cukru 250 ml		Kalafiorowa z ziemniakami 350 g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Ryba panierowana kostka 110 g <b>(GLU, JAJ, MLE)</b> Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kiszzonej kapusty 150 g Kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml		Chleb graham 100 g margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 75 g <b>(JAJ, MLE)</b> Pomidory 50 g Ser topiony 30 g <b>(MLE)</b> Herbata b/cukru 250 ml	Mus owocowo warzywny 1 szt
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g <b>(MLE)</b> Pasta warzywna 60 g <b>(GLU, SOJ)</b> Serek wiejski naturalny 200 g sałata lodowa 30 g Herbata b/cukru 250 ml Pomidory 50 g	Chleb graham 30 g Ser topiony 25 g <b>(MLE)</b>	Kalafiorowa z ziemniakami 350 g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Ryba panierowana kostka 110 g <b>(GLU, JAJ, MLE)</b> Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kiszzonej kapusty 150 g Kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml	Kefir 150 g <b>(MLE)</b>	Chleb graham 100 g margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 75 g <b>(JAJ, MLE)</b> Ser topiony 30 g <b>(MLE)</b> Pomidory 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Mus owocowo warzywny 1 szt
	Dieta płynna	Kleik z płatków owsianych 350 ml <b>(GLU)</b> Herbata b/cukru 250 ml Suchary 50 g <b>(GLU)</b>		Kleik ryżowy 350 ml <b>(GLU)</b> Herbata b/cukru 250 ml Suchary 50 g <b>(GLU)</b>		Kleik z kaszy manny 350 ml <b>(GLU)</b> Herbata b/cukru 250 ml Suchary 50 g <b>(GLU)</b>	
	Dieta płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku 350 ml <b>(GLU, MLE)</b> ser biały półtłusty 50 g <b>(MLE)</b>		Koperkowa z ziemniakami miksowana 450 g <b>(MLE, SEL)</b> Filet drobiowy gotowany 70 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Jarzynowa z ziemniakami-d.płynna 450 g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Udko gotowane 120 g	Mus owocowo warzywny 1 szt
	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g <b>(GLU)</b> masło 82% 12,5 g <b>(MLE)</b> Pasta warzywna 60 g <b>(GLU, SOJ)</b> Serek wiejski naturalny 200 g sałata lodowa 30 g Herbata z cytryną 250 ml Pomidory 50 g	Herbatniki 30 g <b>(GLU, MLE)</b> Herbata z cytryną 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 350 g <b>(GLU, MLE, SEL)</b> Makaron gotowany z serem 300 g <b>(GLU, MLE)</b> Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Mandarynka 100 g	Bułka Kielecka 60 g <b>(GLU)</b> margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 75 g <b>(JAJ, MLE)</b> Pomidory 50 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g <b>(GLU, MLE)</b>	Mus owocowo warzywny 1 szt