

Data-Dzień 17.11.2023r piątek	Dieta pełna	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Ryż na mleku 350g(GLU PSZ,MLE), twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką 80g(MLE) sałata roszponka 10g banan 200g masło extra 82 %15g, (MLE) bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g(GLU PSZ GLU ŻYT) kawa biała inka 250 ml	Ryż na mleku 350g(GLU PSZ,MLE), twarożek z koperkiem 80g(MLE) sałata roszponka 10g banan 200g masło extra 82 %15g, (MLE) bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g(GLU PSZ GLU ŻYT) kawa biała inka 250 ml
Obiad	Krupnik 350 ml(GLU PSZ SEL, MLE) ryba smażona miruna 140g(GLU PSZ, JAJ, RYB MLE) surówka z białej kapusty 150g (JAJ) sos grecki 150g (GLU PSZ) ziemniaki z koperkiem 180g(MLE) kompot z owoców mieszanych 250 ml	Krupnik 350 ml(GLU PSZ SEL, MLE) ryba gotowana w jarzynach miruna 120g (SEL RYB) sos grecki 150g (GLU PSZ) ziemniaki z koperkiem 180g(MLE) kompot z owoców mieszanych 250 ml
Kolacja	Jajko gotowane 2 szt klasa M (JAJ) jogurt naturalny 150g(MLE) pomidor45g mix sałat 20g masło extra 82 % 10g, (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g(GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	Jajko gotowane 2 szt klasa M (JAJ) jogurt naturalny 150g(MLE) pomidor45g mix sałat 20g masło extra 82 % 10g, (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g(GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Soczek z rurka 200 ml	Soczek z rurka 200 ml
	E; 2899,49 B: 115,19 T: 106,69 w.tł :35,48W: 388,48 tym cukry 165,65 Bł : 35,23 sól: 5,43	E; 2308,65B: 106,69: T 68,74 w.tł :32,72W: 330,59 w tym cukry 140,54 Bł : 28,32sól: 4,87

Data-Dzień 18.11.2023r sobota	Dieta pełna	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Makaron na mleku 350 ml(GLU PSZ JAJ MLE), szynka naturalna 40g(SOJ) dżem 50g papryka świeża 45g masło extra 82 %15g, (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g(GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml(MLE)	Makaron na mleku 350 ml(GLU PSZ JAJMLE), szynka naturalna 40g(SOJ) dżem 50g pomidor 50g masło extra 82 %15g, (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g(GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml(MLE)
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami, 350 ml(GLU PSZ SEL, MLE) gulasz z mięsa od szynki 60g+ sos 70g (GLU PSZ) kasza na sypko 100 (MLE GLU PSZ) sałatka wiosenna 120g kompot z owoców mieszanych 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami, 350 ml(GLU PSZ SEL, MLE) gulasz z mięsa od szynki dietetyczny 60g+ sos 70g (GLU PSZ MLE) kasza na sypko 100 (MLE GLU PSZ) sałatka wiosenna 120g kompot z owoców mieszanych 250 ml
Kolacja	kielbasa żywiecka 40g(SOJ) serek Grani 150g (MLE) masło extra 82 % 10g, (MLE) pomidor koktajlowy 45g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g(GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	kielbasa żywiecka 40g(SOJ) serek Grani 150g (MLE) masło extra 82 % 10g, (MLE) pomidor koktajlowy 45g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g(GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Jogurt owocowy 125 ml	Jogurt 125 ml
	E; 2439,02B: 102,71 T: 85,66 w.ktł : 40,04 W: 328,36 tym cukry 125,61 Bł : 27,59 sól: 7,18	E; 2368,85 B: 102,41 T: 79,04 w.tł : 37,49 W: 325,68 tym cukry 126.12 Bł : 26,80 sól: 7,18

Data-Dzień 19.11.2023r niedziela	Dieta pełna	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Manna na mleku 350g(GLU PSZ,MLE), pasta z jaj z ziel 80g (MLE JAJ) połędwica sopocka 40g(SOJ) rzodkiewki 40g masło extra 82 %15g, (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g(GLU PSZ GLU ŻYT) kakao 250 ml	Manna na mleku 350g(GLU PSZ,MLE), pasta z jaj z ziel 80g (MLE JAJ) połędwica sopocka 40g(SOJ) masło extra 82 %15g, (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g(GLU PSZ GLU ŻYT) kakao 250 ml
Obiad	Rosół z makaronem350 ml(GLU PSZ JAJ ,SEL,) udko pieczone 330 g surówka z selera z brzoskwiniami 150g (SEL MLE) sałata zielona 20g ziemniaki z koperkiem 180g(MLE) kompot z owoców mieszanych 250 ml	Rosół z makaronem350 ml(GLU PSZ JAJ ,SEL,) udko gotowane 330g surówka z selera z brzoskwiniami 150g (SEL MLE) sałata zielona 20g ziemniaki z koperkiem 180g(MLE) kompot z owoców mieszanych 250 ml
Kolacja	kiełbasa krakowska sucha 40g(SOJ) serek almette 30g(MLE) masło extra 82 % 10g, (MLE) pomidor 50g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g(GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	kiełbasa krakowska sucha 40g(SOJ) serek almette 30g (MLE) masło extra 82 % 10g, (MLE) pomidor 50g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g(GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	Kefir 200g	Kefir 200g
	E; 2989 B: 149,74 T: 126 w.ktl : 52,52 W: 329,11 tym cukry 118,14 BI : 28,51 sól: 6,71	E; 2884,43 B: 148,99 T: 115.83w.ktl : 51,92 W: 325,85 tym cukry 116.16 BI : 27,28 sól: 6,70

Data-Dzień 20.11.2023r Poniedz.	Dieta pełna	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350g(GLU PSZ GLU JĘCZ,MLE), wędlina drobiowa 40g(SOJ) serek mozzarella 40g pomidorki koktajlowe 50 g masło extra 82 %15g, (MLE) jabłko 150g bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g(GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350g(GLU PSZ GLU JĘCZ,MLE), wędlina drobiowa 40g(SOJ) serek mozzarella 40g pomidorki koktajlowe 50 g masło extra 82 %15g, (MLE) jabłko 150g bułka pszenna 30g (GLU PSZ) pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g(GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
Obiad	Koperkowa z ryżem 350 ml(GLU PSZ SEL, MLE) kotlety mielone 85 (GLU PSZ, JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU PSZ MLE) ziemniaki z koperkiem 180g(MLE) kompot z owoców mieszanych 250 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml(GLU PSZ SEL, MLE) klops pieczony 85g(GLU PSZ, JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU PSZ MLE) ziemniaki z koperkiem 180g(MLE) kompot z owoców mieszanych 250 ml
Kolacja	Sałatka śledziowa 120g, (MLE, RYB) sałata zielona 20g, drożdżówka z serem 40g (GLU PSZ MLE JAJ) masło extra 10g, (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g, (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml	Pasta z tuńczyka i twarogu 120g, (JAJ, MLE, RYB) sałata zielona 20g, drożdżówka z serem 40g(GLU PSZ MLE JAJ) masło extra 10g, (MLE) pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g, (GLU PSZ GLU ŻYT) herbata z cytryną 250 ml
PD	sok pomidorowy 330 ml	sok pomidorowy 330 ml
	E; 2833,41 B: 97,65 T: 113,52 w.kł: 51,72 W: 373,12 tym cukry 129,34 BI: 35,14 sól: 9,82	E; 2410,19 B: 97,45 T: 74,87 w.kł: 35,43 W: 353,62 tym cukry 125,79 BI: 33,17 sól: 7,55