

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2023-11-27, poniedziałek	Podstawowa OLK	<p>Płatki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 70 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 30g /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Sałata mix 35 g Herbata 250 g Ser żółty 40 g (MLE, BIA) Ogórek kiszony 65 g Kielbasa kminkowa 40 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR)</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Łazanki z mięsem i kapustą /a1/ 300 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250ml 250 ml</p>		<p>Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Pasta z tuńczyka i sera białego 100 g (MLE, BIA, RYB) Herbata 250 g Pomidor 100 g</p>	Mus owocowy 100
	Podstawa Dzieci OLK	<p>Płatki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Sałata mix 35 g Herbata 250 g Ser żółty 40 g (MLE, BIA) Ogórek kiszony 65 g Kielbasa kminkowa 40 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR)</p>	Wafle ryżowe 20 g	<p>Jarzynowa z ziemniakami /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Gulasz drobiowy z mięsiem duszonym dieta /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone 120 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250ml 250 ml</p>	Krakersy /a1/ 20 g (GLU)	<p>Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 g Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g</p>	Mus owocowy 100
	Łatwostrawna OLK	<p>Płatki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) pomidor 100 g Herbata 250 g Dżem owocowy 25 g Kielbasa kminkowa 40 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR)</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Gulasz drobiowy z mięsiem duszonym dieta /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250ml 250 ml</p>		<p>Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 g Pomidor 100 g</p>	Mus owocowy 100

2023-11-27, poniedziałek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
Dz ogr. subst pobudzających wydzielenie soku żołądkowego-wątrzewod.	<p>Płatki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Herbata 250 g Dżem owocowy 25 g Pomidor 100 g Kielbasa kminkowa 40 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR)</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Gulasz drobiowy mięso gotowane dieta /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml</p>		<p>Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 g Pomidor 100 g</p>	Mus owocowy 100
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Herbata 250 g Dżem owocowy 50 g Kielbasa kminkowa 40 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Gulasz drobiowy z mięsem duszonym dieta /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250ml 250 ml</p>		<p>Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Herbata 250 g Pomidor 100 g Twaróg /A7/ 100 g (MLE, BIA)</p>	Mus owocowy 100
D. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów-w cukrzycy	<p>Płatki owsiane na mleku b/c 350 g /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Ogórek kiszony 65 g Herbata b/c 250ml 250 ml ser żółty 40 g (MLE, BIA) Sałata mix 35 g Kielbasa kminkowa 80 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR)</p>	Wafle ryżowe 20 g	<p>Jarzynowa z ziemniakami /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Łazanki z mięsem i kapustą /a1/ 300 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml</p>	Krakersy /a1/ 20 g (GLU)	<p>chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Herbata b/c 250ml 250 ml Pomidor 100 g</p>	Mus warzywno-owocowy 100 g

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2023-11-27 poniedziałek	Kleikowo - sucharowa	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	
	Podstawowa OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Ser topiony /a7/ 50 g (MLE, BIA) sałata masłowa 35 g szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) pomidor 65 g		Ogórkowa z ryżem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Kotlet mielony pieczony z dod. kaszy jęczmiennej 100 g (GLU, GOR) Surówka z kapusty czerwonej i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Sałatka FIT 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 g Dżem owocowy 50 g	Mus owocowy 100 g
	Podstawa Dzieci OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Ser topiony /a7/ 50 g (MLE, BIA) Pomidor 65 g szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) sałata masłowa 35 g	Jabłko 120 g	Koperkowa z ryżem /A1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Kotlet mielony pieczony z dod. kaszy jęczmiennej 100 g (GLU, GOR) Surówka z kapusty czerwonej i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250ml 250 ml	Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb graham /a1,3,7 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Sałatka FIT 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 g Dżem owocowy 50 g	Mus owocowy 100 g
2023-11-28 wtorek	Łatwostrawna OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twaróg /A7/ 50 g (MLE, BIA) pomidor 65 g szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) sałata masłowa 35 g		Koperkowa z ryżem /A1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Kotlet mielony pieczony z dod. kaszy jęczmiennej 100 g (GLU, GOR) Buraczki gotowane /a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Sałatka FIT /a7 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 g Dżem owocowy 50 g	Mus owocowy 100 g

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
Dz ogr. subst pobudzających wydzielenie soku żołądkowego-wątrzewod.	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100, g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Twaróg /A7/ 50 g (MLE, BIA) Jabłko gotowane 1 szt 150 g		Koperkowa z ryżem /A1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Kotlet mielony pieczony z dod. kaszy jęczmiennej 100 g (GLU, GOR) Buraczki gotowane /a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Sałatka jarzynowa 100 g /a3,9,10/ 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Herbata 250 g Dżem owocowy 50 g	Mus owocowy 100 g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g /a1/ 100, g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Herbata 250 g szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) pomidor 100 g Twaróg /A7/ 50 g (MLE, BIA) Jabłko gotowane 1 szt 150 g		Koperkowa z ryżem /A1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Kotlet mielony pieczony z dod. kaszy jęczmiennej 100 g (GLU, GOR) Buraczki gotowane /a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250ml 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Herbata 250 g Dżem owocowy 50 g Pomidor 100 g	Mus owocowy 100 g
D. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów-w cukrzycy	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) sałata masłowa 35 g szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) ser topiony 50 g (MLE, BIA) Pomidor 65 g	Kisiel b/c 150 ml	Ogórkowa z ryżem /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Kotlet mielony pieczony z dod. kaszy jęczmiennej 100 g (GLU, GOR) Surówka z kapusty czerwonej i jabłka 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Chrupki kukurydziane 20 g	chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Sałatka FIT /a7/ 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml Marmolada z jabłek b/c 25 g	Mus warzywno-owocowy 100 g

2023-11-28 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2023-11-28 wtorek	Kleikowo - sucharowa	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	
	Podstawowa OLK	Kasza kukurydziana na mleku /a7/ 350 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pomidor 50 g Herbata 250 g kielbasa szynkowa 40 g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) ogórek kiszony 50 g		Ziemniaczana /a1,7,9/ 400 g (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Gulasz wieprzowy /a1 200 g (GLU, SEL, GOR) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) kielbasa na gorąco 100 g Herbata 250 g Pomidor 65 g sałata masłowa 35 g Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT)	Sok owocowy 330 ml
	Podstawa Dzieci OLK	Kasza kukurydziana na mleku /a7/ 350 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pomidor 50 g Herbata 250 g kielbasa szynkowa 40 g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Ogórek kiszony 50 g	Jabłko 120 g	Ziemniaczana /a1,7,9/ 400 g (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250ml 250 ml	Krakersy /a1/ 20 g (GLU)	Chleb graham /a1,3,7 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) wędlina schabowa kanapkowa 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 65 g Herbata 250 g sałata masłowa 35 g Dżem owocowy 50 g	Sok owocowy 330 ml
2023-11-29 środa	Łatwostrawna OLK	Kasza kukurydziana na mleku /a7/ 350 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pomidor 100 g Herbata 250 g kielbasa szynkowa 40 g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Jabłko 100 g		Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) kielbasa na gorąco 100 g Herbata 250 g Pomidor 100 g	Sok owocowy 330 ml

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-27 do dnia 2023-12-03 KUCHNIA CENTRALNA

2023-11-29 środa

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
Dz ogr. subst pobudzających wydzielenie soku żołądkowego-wątrzewod.	Kasza kukurydziana na mleku /a7/ 350 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 g kielbasa szynkowa 40 g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Jabłko pieczone 120 g		Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Marchew oprószana /a1,7 150 g (MLE, BIA, GLU) Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) wędlina schabowa kanapkowa 40 g (GLU, SOJ, GOR) Herbata 250 g Pomidor 100 g Dżem owocowy 50 g	Sok owocowy 330 ml
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g /a1/ 100g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA) Herbata 250 g Pomidor 100 g kielbasa szynkowa 40 g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Jabłko pieczone 120 g		Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Marchew oprószana /a1,7 150 g (MLE, BIA, GLU) Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250ml 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) wędlina schabowa kanapkowa 40 g (GLU, SOJ, GOR) Herbata 250 g Dżem owocowy 50 g Pomidor 100 g	Sok owocowy 330 ml
D. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów-w cukrzycy	Kasza kukurydziana na mleku /a7/ 350 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pomidor 50 g Herbata b/c 250ml 250 ml kielbasa szynkowa 40 g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Ogórek kiszony 50 g	Jabłko 100 g	Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kasza jęczmienna /a1/ 200 g (MLE, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Krakersy /a1/ 20 g (GLU)	chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) wędlina schabowa kanapkowa 80 g (GLU, SOJ, GOR) sałata masłowa 35 g Herbata b/c 250ml 250 ml Pomidor 65 g	sok pomidorowy 330ml 0 szt

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2023-11-29 środa	Kleikowo - sucharowa	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	
2023-11-30 czwartek	Podstawowa OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Ogórek zielony 100 g Ser żółty 40 g (MLE, BIA)		Szpinakowa z ziemniakami /a7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron z sosem z mięsem /a7 350 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty białej 150 g Kompot owocowy 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni 30g /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Paszтет mięsno-warzywny 100 g (GLU, JAJ) Sałatka z ogórka kiszzonego i marchwi 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g
	Podstawa Dzieci OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100.g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Ogórek zielony 100 g Ser żółty 40 g (MLE, BIA)	Kanapka z dżemem /a1/ 1 Por (MLE, GLU, ŻYT)	Szpinakowa z ziemniakami /a7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron /a1,3/ 200 g (GLU, JAJ) Sos mięsno - jarzynowy dieta /a1,9/ 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Kompot owocowy 250ml 250 ml	Pieczywo kuk-ryżowe 20 g	Chleb graham /a1,3,7 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Paszтет mięsno-warzywny 100 g (GLU, JAJ) Pomidor 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g
	Łatwostrawna OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Ser żółty 40 g (MLE, BIA)		Szpinakowa z ziemniakami /a7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron /a1,3/ 200 g (GLU, JAJ) Sos mięsno - jarzynowy dieta /a1,9/ 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Kompot owocowy 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Paszтет mięsno-warzywny 100 g (GLU, JAJ) Herbata 250 g Pomidor 100 g	Mus owocowy 100 g

2023-11-30 czwartek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
Dz ogr. subst pobudzających wydzielenie soku żołądkowego-wątrzewod.	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100, g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Twaróg z pastą pomidorową /a7/ 50 g (MLE, BIA, GLU) Jabłko pieczone 120 g		Szpinakowa z ziemniakami /a7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron /a1,3/ 200 g (GLU, JAJ) Sos mięsno - jarzynowy dieta /a1,9/ 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) wędlina schabowa kanapkowa 80 g (GLU, SOJ, GOR) Herbata 250 g Pomidor 100 g	Mus owocowy 100 g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g /a1/ 100, g (MLE, GLU, ŻYT) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Pomidor 100 g Twaróg z pastą pomidorową /a7/ 50 g (MLE, BIA, GLU) Herbata 250 g Jabłko pieczone 120 g		Szpinakowa z ziemniakami /a7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron /a1,3/ 200 g (GLU, JAJ) Sos mięsno - jarzynowy dieta /a1,9/ 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Kompot owocowy 250ml 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) wędlina schabowa kanapkowa 80 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g
D. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów-w cukrzycy	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Ogórek zielony 100 g Ser żółty 40 g (MLE, BIA)	Kefir /a7 120 g (BIA)	Szpinakowa z ziemniakami /a7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Makaron /a1,3/ 200 g (GLU, JAJ) Sos mięsno - jarzynowy dieta /a1,9/ 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Surówka z kapusty białej b/c 150 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Pieczywo kuk-ryżowe 20 g	chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Paszтет mięsno-warzywny 100 g (GLU, JAJ) Sałatka z ogórka kiszzonego i marchwi 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2023-11-30 czwartek	Kleikowo - sucharowa	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	
	Podstawowa OLK	Makaron na mleku /a1,3,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Dżem owocowy 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA) Herbata 250 g Jabłko 120 g		Krupnik /a1,9/ 400 ml (GLU, SEL, GOR) Kotlet rybny smażony /a1,3/ 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka meksykańska 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Herbata 250 g Pasta z zielonego groszku 50 g pomidor 100 g	Mus owocowy 100 g
	Podstawa Dzieci OLK	Makaron na mleku /a1,3,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 100g /a1/ 100g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Dżem owocowy 50 g Herbata 250 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA) Jabłko 120 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Krupnik /a1,9/ 400 ml (GLU, SEL, GOR) Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) sos koperkowy /a1,7/ 80 g (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250ml 250 ml Surówka meksykańska 150 g	Krakersy /a1/ 20 g (GLU)	Chleb graham /a1,3,7 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Herbata 250 g Pasta z zielonego groszku 50 g Pomidor 100 g	Mus owocowy 100 g
2023-12-01 piątek	Łatwostrawna OLK	Makaron na mleku /a1,3,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Dżem owocowy 50 g Herbata 250 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA) Jabłko 120 g		Krupnik /a1,9/ 400 ml (GLU, SEL, GOR) Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) sos koperkowy /a1,7/ 80 g (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Herbata 250 g Pasta z zielonego groszku 50 g Pomidor 100 g	Mus owocowy 100 g

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2023-12-01 piątek	Dz ogr. subst pobudzających wydzielenie soku żółdkowego-wątrwizod.	Makaron na mleku /a1,3,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 100g /a1/ 100, g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Dżem owocowy 50 g Herbata 250 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA) Jabłko pieczone 120 g	Krupnik /a1,9/ 400 ml (GLU, SEL, GOR) Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) sos koperkowy /a1,7/ 80 g (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Twaróg z koperkiem /a7/ 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 g Pomidor 100 g	Mus owocowy 100 g
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Herbata 250 g Bułka pszenna 100g /a1/ 100, g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Dżem owocowy 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA) Jabłko pieczone 120 g	Krupnik /a1,9/ 400 ml (GLU, SEL, GOR) Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) sos koperkowy /a1,7/ 80 g (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250ml 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Twaróg z koperkiem /a7/ 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 g Pomidor 100 g	Mus owocowy 100 g
	D. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów-w cukrzycy	Makaron na mleku b/c 350 g /a1,3,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ) chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Serek homogenizowany naturalny 100 g (MLE, BIA) Herbata b/c 250ml 250 ml Pomidor 50 g Ogórek kiszony 50 g	gruszki 150 g	Krupnik /a1,9/ 400 ml (GLU, SEL, GOR) Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) sos koperkowy /a1,7/ 80 g (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Surówka meksykańska 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Krakersy /a1/ 20 g (GLU)	chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Herbata b/c 250ml 250 ml Pasta z zielonego groszku 50 g Pomidor 100 g

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2023-12-01 piątek	Kleikowo - sucharowa	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	
	Podstawowa OLK	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE , BIA , GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU , ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU , ŻYT) masło extra 10 g (MLE , BIA) wędlina schabowa kanapkowa 40 g (GLU , SOJ , GÓR) Pomidor 100 g Marmolada 50 g		Grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryż na sypko 200 g (MLE) Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU , SEL , GÓR) Kompot owocowy 250 ml Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU , ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) kielbasa szynkowa 40 g (BIA , GLU , JAJ , SEL , SOJ , GÓR) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50 g Ser żółty 40 g (MLE , BIA) Herbata 250 g	Sok owocowy 330 ml
	Podstawa Dzieci OLK	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE , BIA , GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE , GLU , ŻYT) masło extra 10 g (MLE , BIA) wędlina schabowa kanapkowa 40 g (GLU , SOJ , GÓR) Pomidor 100 g Marmolada 50 g	Koktajl owocowy /a7 110 g (MLE , BIA)	Ziemniaczana /a1,7,9/ 400 g (MLE , BIA , GLU , SEL , GÓR) Ryż na sypko 200 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU , SEL , GÓR) Fasolka szparagowa z bułką tartą /a1/ 150 g (MLE , GLU)	Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb graham /a1,3,7 100 g (GLU , ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) kielbasa szynkowa 40 g (BIA , GLU , JAJ , SEL , SOJ , GÓR) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50 g ser żółty 40 g (MLE , BIA) Herbata 250 g	Sok owocowy 330 ml
2023-12-02 sobota	Łatwostrawna OLK	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE , BIA , GLU) Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU , ŻYT) wędlina schabowa kanapkowa 40 g (GLU , SOJ , GÓR) Pomidor 100 g masło extra 10 g (MLE , BIA) Marmolada 50 g		Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE , BIA , GLU , SEL , GÓR) Ryż na sypko 200 g (MLE) Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU , SEL , GÓR) Fasolka szparagowa z bułką tartą /a1/ 150 g (MLE , GLU)		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU , ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) kielbasa szynkowa 40 g (BIA , GLU , JAJ , SEL , SOJ , GÓR) Herbata 250 g Twaróg /A7/ 50 g (MLE , BIA)	Sok owocowy 330 ml

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	
2023-12-02 sobota	Dz ogr. subst pobudzających wydzielenie soku żołądkowego-wątrzewod.	Kakao z cukrem /a7/ 250 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100, g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) wędlina schabowa kanapkowa 40 g (GLU, SOJ, GOR) pomidor 100 g Marmolada 40 g		Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Ryż na sypko 200 g (MLE) Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Fasolka szparagowa z bułką tartą /a1/ 150 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) kielbasa szynkowa 40 g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA)	Sok owocowy 330 ml
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g /a1/ 100, g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) wędlina schabowa kanapkowa 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g marmolada 50 g		Ziemniaczana dieta /a1,7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Ryż na sypko 200 g (MLE) Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Fasolka szparagowa z bułką tartą /a1/ 150 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) kielbasa szynkowa 40 g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA)	Sok owocowy 330 ml
	D. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów-w cukrzycy	Kakao na mleku b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA, GLU) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) wędlina schabowa kanapkowa 40 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g ser żółty 40 g (MLE, BIA)	Pieczewo kuk-ryżowe 20 g	Ziemniaczana /a1,7,9/ 400 g (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Ryż na sypko 200 g (MLE) Gulasz drobiowy 200g /a1/ 200 g (GLU, SEL, GOR) Fasolka szparagowa z bułką tartą /a1/ 150 g (MLE, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Jabłko 120 g	chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) kielbasa szynkowa 40 g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Ogórek zielony 50 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250ml 250 ml Jogurt naturalny /a7/ 100 g (MLE, BIA)	sok pomidorowy 330ml 0 szt

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2023-12-02 sobota	Kleikowo - sucharowa	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	
2023-12-03 niedziela	Podstawowa OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham /a1,3,7 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Sałata mix 35 g Pomidor 65 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA)		Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL, GOR) Udko z kurczaka pieczone 120 g (GLU, SEL) Surówka z czerwonej kapusty 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Sałatka jarzynowa /a3,9,10 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Herbata 250 g Twaróg /A7/ 50 g (MLE, BIA)	Mus owocowy 100 g
	Podstawa Dzieci OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Sałata mix 35 g pomidor 65 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA)	Kisiel z cukrem 150 ml	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL, GOR) Udko z kurczaka pieczone 120 g (GLU, SEL) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml	gruszki 120 g	Chleb graham /a1,3,7 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g /a3,9,10/ 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Twaróg /A7/ 50 g (MLE, BIA) Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g
	Łatwostrawna OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Sałata mix 35 g Pomidor 65 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA)		Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL, GOR) Udko z kurczaka duszone 120 g (GLU, SEL, GOR) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni 100g /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Sałatka jarzynowa /a3,9,10 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Twaróg /A7/ 50 g (MLE, BIA)	Mus owocowy 100 g

2023-12-03 niedziela

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
Dz ogr. subst pobudzających wydzielenie soku żołądkowego-wątrzewod.	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100, g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Pomidor 100 g Serek homo naturalny 50 g (MLE, BIA)		Grycikowa /a1,9/ 400 ml (GLU, SEL, GOR) Udko z kurczaka duszone 120 g (GLU, SEL, GOR) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Twaróg /A7/ 50 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g /a1/ 100, g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Pomidor 100 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA) Herbata 250 g		Grycikowa /a1,9/ 400 ml (GLU, SEL, GOR) Udko z kurczaka duszone 120 g (GLU, SEL, GOR) Marchew oprószana /a1,7/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Twaróg /A7/ 50 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 g	Mus owocowy 100 g
D. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów-w cukrzycy	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) baton szynkowy 40 g (MLE, GLU, SOJ) Sałatka mix 35 g Pomidor 65 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (MLE, BIA)	Kisiel b/c 150 ml	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL, GOR) Udko z kurczaka pieczone 120 g (GLU, SEL) Surówka z czerwonej kapusty 150 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Maślanka a7 120 g	chleb pszenno-żytni 50g /a1/ 50 g (GLU, ŻYT) chleb graham 50g /a1,3/ 50 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) szynka konserwowa premium 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Sałatka jarzynowa 100 g /a3,9,10/ 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL, GOR) Twaróg /A7/ 50 g (MLE, BIA) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2023-12-03 niedziela	Kleikowo - sucharowa	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	