

## ŚRODA – 27.12.2023

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta niskotłuszczowa	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatoresztkowa	Dieta podstawowa - dzieci
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) ser żółty 30g(MLE) Sałata masłowa 20g Pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) galaretki drobiowa 100g szynka z kurczaka 40g sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) Galaretki drobiowa 150g sałata masłowa 20g pomidor bez skórki 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) galaretki drobiowa 100g sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) galaretki drobiowa 100g rukola 20g rzodkiewka 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) masło extra 15g(MLE) bułka pszenna 50g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) galaretki drobiowa 100g rukola 20g rzodkiewka 60g
II ŚNIADANIE	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko gotowane 1 szt.	Grejfrut ½ szt.	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.
OBIAD	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g klopsiki drobiowe 120 g(GLU PSZ, JAJ,) surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i pora 100g surówka z czerwonej kapusty 100g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g zraziki drobiowe gotowane 120g(GLU PSZ, JAJ) sos koperkowy(GLU PSZ, MLE) warzywa na parze 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g zraziki drobiowe gotowane 120g(GLU PSZ, JAJ) sos koperkowy(GLU PSZ, MLE) warzywa na parze 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 350ml MLE, SEL, GLU PSZ) ziemniaki gotowane 150g klopsiki drobiowe 120g(GLU PSZ, JAJ) sos koperkowy(GLU PSZ, MLE) surówka z czerwonej kapusty 100g warzywa na parze 100g(SEL) kompot 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 350ml(MLE, SEL, GLU PSZ) ziemniaki gotowane 150g zraziki drobiowe gotowane 120g(GLU PSZ, JAJ) sos koperkowy(GLU PSZ, MLE) surówka z czerwonej kapusty 100g surówka z kapusty pekińskiej ogórka i pora 100g kompot 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL, GLU PSZ) ziemniaki gotowane 150g zraziki drobiowe gotowane 120g(GLU PSZ, JAJ) sos koperkowy(GLU PSZ, MLE) surówka z czerwonej kapusty 100g surówka z kapusty pekińskiej ogórka i pora 100g kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna Owsianka górską 350 ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 50g(GLU PSZ) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wiejska 40g (SOJ) jajko gotowane 50g(JAJ) Sałata lodowa 20g Rzodkiewka 60g	Herbata czarna owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka wieprzowa 40g (SOJ) dżem brzoskwinowy 25 g Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka wieprzowa 40g (SOJ) dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 25g Sałata lodowa 20g pomidor bez skórki 60g	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) ser żółty 30g(MLE) Sałata masłowa 20g Rzodkiewka 60g	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) ser żółty 30g(MLE) Sałata masłowa 20g ogórek 60g	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 50g(GLU PSZ) szynka wiejska 40g (SOJ) jajko gotowane 50g(JAJ) Sałata lodowa 20g Pomidor 60g ogórek 60g
PÓŻNA KOLACJA	Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)	Kefir 1 szt.(MLE)	Kefir 1 szt.(MLE)	Kanapka nocna(GLU PSZ, MLE)	Kanapka nocna(GLU PSZ, MLE)	Mus jabłkowy 1 szt.
	Energia : 2139 kcal Białko ogółem: 104,9 g Tłuszcz: 74,64 g Węglowodany ogółem 274,62 g Sól: 7,21 g Błonnik: 30,65g Tn: 32,56g Cukry: 58,52g	Energia: 2333 kcal Białko ogółem: 114,88 g Tłuszcz: 70,19 g Węglowodany ogółem: 326,79 g Sól: 4,85 g Błonnik: 35,99g Tn: 29,4 g Cukry: 65,1 g	Energia: 2350 kcal Białko ogółem: 110,89 g Tłuszcz: 55,41 g Węglowodany ogółem: 372,19 g Sól: 5,13 g Błonnik: 39,82g Tn: 15,49g Cukry: 57,16g	Energia: 2188 kcal Białko ogółem: 92,77 g Tłuszcz: 75,90 g Węglowodany ogółem: 304,62 g Sól: 6,60 g Błonnik: 50,97g Tn: 36,46g Cukry: 46,91g	Energia: 2200 kcal Białko ogółem: 102,25 g Tłuszcz: 68,75 g Węglowodany ogółem: 314,80 g Sól: 8,07 g Błonnik: 51,85 g Tn: 31,37g Cukry: 44,51g	Energia: 2081 kcal Białko ogółem: 100,49 g Tłuszcz: 61,23 g Węglowodany ogółem: 295,23 g Sól: 7,37 g Błonnik: 33,95g Tn: 22,52g Cukry: 41,51g

ŚRODA – 27.12.2023

	Kobiety ciężarne	Kobieta karmiąca	Dieta wysokobiałkowa	Dieta niskobiałkowa	Dieta cukrzycowa/niskotłuszczowa	Dieta wrzodowa
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) ser żółty 30g(MLE) Sałata masłowa 20g rzodkiewka 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka wieprzowa 40g (SOJ) galaretk drobiowa 100g sałata masłowa 20g rzodkiewka 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka wieprzowa 40g (SOJ) ser żółty 30g(MLE) Sałata masłowa 20g rzodkiewka 60g	Herbata czarna 250ml Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) Bułka pszenna 120g(GLU PSZ) Galaretk drobiowa 150g Sałata masłowa 20g Pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka wieprzowa 40g (SOJ) galaretk drobiowa 100g sałata masłowa 20g Pomidor bez skórki 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka wieprzowa 40g (SOJ) galaretk drobiowa 100g sałata masłowa 20g Pomidor bez skórki 60g
II ŚNIADANIE	Mandarynka 1 szt. Wafle ryżowe 40g	Mandarynka 1 szt. Wafle ryżowe 40g	Mandarynka 1 szt. .	Mandarynka 1 szt.	Mandarynka 1 szt.	Jabłko gotowane 1 szt.
OBIAD	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g klopsiki drobiowe 130 g(GLU PSZ, JAJ) surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i pora 100g surówka z czerwonej kapusty 100g kompot 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 350ml(MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g zraziki drobiowe gotowane 130g(GLU PSZ, JAJ) sos koperkowy 15g(GLU PSZ, MLE) warzywa na parze 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g zraziki drobiowe gotowane 120g (GLU PSZ, JAJ) surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i pora 100g surówka z czerwonej kapusty 100g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g zraziki drobiowe gotowane 120g(GLU PSZ, JAJ) sos koperkowy 15g(GLU PSZ, MLE) warzywa na parze 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z (GLU PSZ, MLE, SEL) makaronem 350ml ziemniaki gotowane 150g zraziki drobiowe gotowane 120g(GLU PSZ, JAJ) sos koperkowy 15g(GLU PSZ, MLE) warzywa na parze 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g zraziki drobiowe gotowane 120g(GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy 15g(GLU PSZ, MLE) warzywa na parze 150g(SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wiejska 40g (SOJ) jajko gotowane 50g(JAJ) Sałata masłowa 20g Pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka wiejska 40g (SOJ) jajko gotowane 50g(JAJ) Sałata lodowa 20g Pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka wiejska 40g (SOJ) jajko gotowane 50g(JAJ) Sałata masłowa 20g Pomidor 60g	Herbata czarna 250ml Margaryna 10g (MLE) Weka pszenna 100g(GLU PSZ) Szynka parzona 40g (SOJ) Dżem brzoskwiinowy 25g Sałata lodowa 20g Pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka parzona 40g (SOJ) jajko gotowane 50g(JAJ) Sałata masłowa 20g Pomidor bez skórki 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka parzona 40g (SOJ) jajko gotowane na miękko 50g(JAJ) Sałata masłowa 20g Pomidor bez skórki 60g
PÓŻNA KOLACJA	Kanapka nocna(GLU PSZ, MLE)	Mus jabłkowy 1 szt. wafle ryżowe 40g	Kefir 1 szt.(MLE)	Galaretk owocowa 250ml	Kefir 1 szt. (MLE)	Kefir 1 szt.(MLE)
	Energia:2500 kcal Białko ogółem: 102,79 g Tłuszcz: 72,96 g Węglowodany ogółem: 372,03 g Sól: 8,04 g Błonnik:30,06g Tn:28,01g Cukry:35,29g	Energia:2696 kcal Białko ogółem: 116,28 g Tłuszcz: 68,94 g Węglowodany ogółem: 416,26 g Sól: 8,80 g Błonnik:34,80g Tn:27,95g Cukry:29,00g	Energia:2023 kcal Białko ogółem: 104,37 g Tłuszcz: 67,36 g Węglowodany ogółem: 262,28 g Sól: 7,81 g Błonnik:29,67 g Tn:29,88g Cukry:54,04g	Energia:2017 kcal Białko ogółem: 67,51g Tłuszcz: 55,88g Węglowodany ogółem: 330,09g Sól:3,59g Błonnik:41,55g Tn:18,60g Cukry:104,8g	Energia:2096 kcal Białko ogółem: 104,73 g Tłuszcz: 54,40 g Węglowodany ogółem: 313,37 g Sól:4,54g Błonnik:34,44g Tn:15,15g Cukry:49,6	Energia: 1979 kcal Białko ogółem: 100,85g Tłuszcz: 53,24 g Węglowodany ogółem: 289,78 g Sól:4,62 g Błonnik:30,85 g Tn:18,22g Cukry:52,01g

## ŚRODA – 27.12.2023

	Dieta do sondy	Dieta płynna – kleikowa	Dieta płynna (kolonoskopia) buliony
ŚNIADANIE	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
II ŚNIADANIE	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JĘCZ)	Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
OBIAD	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
KOLACJA	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU PSZ)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
POŹNA KOLACJA		Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Energia: 1974 kcal Białko ogółem: 89,45g Tłuszcz: 73,48g Węglowodany ogółem: 249,11g Sól: 1,69g Błonnik: 16,65g Tn: 23,49g Cukry: 123,54g	Energia: 1462 kcal Białko ogółem: 32,4 g Tłuszcz: 12,65g Węglowodany ogółem: 303,95g Sól: 0,47g Błonnik: 2,3 g Tn: 2,06g Cukry: 6,3g	Energia: 60kcal Białko ogółem: 5,43g Tłuszcz: 1,44g Węglowodany ogółem: 7,44g Sól: 0,21g Błonnik: 0g Tn: 0,36g Cukry: 0g

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta niskotłuszczowa	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatoresztkowa	Dieta podstawowa - dzieci
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ,MLE) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ,GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) pasztet drobiowy 50g(JAJ,GLU PSZ) ser twarogowy 70g(MLE) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ŻYT,GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ,MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) ser żółty 30g(MLE) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ,MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) ser twarogowy 70g(MLE) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata masłowa 20g pomidor bez skórki 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) pasta z białego sera i szczypiorku 70g (MLE) sałata masłowa 20g ogórek 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) pasta z sera białego ze szczypiorkiem 70g (MLE) pasztet z kurczaka pieczony 50g(JAJ,GLU PSZ) sałata masłowa 20g ogórek 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) bułka pszenna 50g(GLU PSZ) dżem truskawkowy , niskosłodzony 25g pasztet z kurczaka pieczony 50g(JAJ,GLU PSZ) sałata masłowa 20g ogórek 60g
II ŚNIADANIE	Gruszka 1szt.	Gruszka gotowana 1szt.	Jabłko gotowane 1szt.	Gruszka 1szt.	Gruszka 1szt.	Jabłko 1szt Galaretki owocowa
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150 g(GLU PSZ,MLE) Sałatka szwedzka konserwowa 100g(GOR) Włoszczyzna duszona 100g (SEL) kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150 g(GLU PSZ,MLE) Włoszczyzna duszona 150g (SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml(MLE,SEL) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150 g(GLU PSZ,MLE) buraczki 150g kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150 g(GLU PSZ,MLE) Sałatka szwedzka konserwowa 100g(GOR) Włoszczyzna duszona 100g (SEL) kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml(MLE) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150 g(GLU PSZ,MLE) Sałatka szwedzka konserwowa 100g(GOR) Włoszczyzna duszona 100g (SEL) kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE) Ryz biały 80g Potrawka z kurczaka 150 g(GLU PSZ,MLE) Sałatka szwedzka konserwowa 100g(GOR) Włoszczyzna duszona 100g (SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna 250ml Owsianka górską 350 ml) GLU OW,MLE) margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 50g(GLU PSZ) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml owsianka górską 350ml(GLU OW,MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka drobiowa 40g (SOJ, MLE) parówki drobiowe 70 g (SOJ, GLU PSZ) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml owsianka górską 350ml(GLU OW,MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ, MLE) ser żółty 30g(MLE) papryka czerwona 60g ogórek kiszony 50g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) Sałata masłowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 50g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) ogórek kiszony 50g Papryka czerwona 60g
PÓŹNA KOLACJA	Maślanka 1 szt.(MLE)	Serek wiejski 1 szt.(MLE)	Maślanka niskotłuszczowa 1 szt.(MLE)	Serek wiejski 1 szt.(MLE)	Serek wiejski 1 szt.(MLE) Wafle ryżowe 50g	Maślanka truskawkowa 1 szt. (MLE)
	Energia : 2195 kcal Białko ogółem: 107.02 g Tłuszcz: 63.67 g Węglowodany ogółem 312.70 g Sól: 6.64 g Błonnik:33.51g Tn: 27,73g Cukry:27,73g	Energia:2399 kcal Białko ogółem: 120,07 g Tłuszcz: 76.24 g Węglowodany ogółem: 320.99 g Sól: 5.67 g Błonnik: 25,21g Tn:35,74g Cukry:34,65	Energia : 2183 kcal Białko ogółem: 114.65 g Tłuszcz:56 .41 g Węglowodany ogółem: 316.82 g Sól: 5.53 g Błonnik:22,19g Tn:20,15g Cukry:36,71g	Energia : 2099 kcal Białko ogółem: 109.59 g Tłuszcz: 66.27 g Węglowodany ogółem: 281.32 g Sól: 7.19 g Błonnik:35,67g Tn:32,21g Cukry:57,42g	Energia :2050 kcal Białko ogółem: 98.15 g Tłuszcz: 61.07 g Węglowodany ogółem: 290.56 g Sól: 5,17 g Błonnik:42,56g Tn:27,41g Cukry:53,34	Energia :2211 kcal Białko ogółem: 95.59 g Tłuszcz: 62.23 g Węglowodany ogółem: 330.69 g Sól: 7.26 g Błonnik:33,47g Tn:22,72g Cukry:102,48g

## CZWARTEK – 28.12.2023

	Kobiety ciężarne	Kobieta karmiąca	Dieta wysokobiałkowa	Dieta niskobiałkowa	Dieta cukrzycowa/niskotłuszczowa	Dieta wrzodowa
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 350ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) ser twarogowy 70g(MLE) pasztet z kurczaka pieczony 50g (GLU PSZ, JAJ) Sałata masłowa 20g ogórek 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) ser twarogowy 70g (MLE) pasztet z kurczaka pieczony 50g (GLU PSZ, JAJ) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) pasztet z kurczaka pieczony 50g(GLU PSZ, JAJ) ser twarogowy 70g(MLE) sałata masłowa 20g ogórek 60g	Herbata czarna 250ml masło extra 15g(MLE) Bułka pszenna 120g(GLU PSZ) Szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) Miód 25g Sałata masłowa 20g Pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU OW, MLE) margaryna 10g weka pszenna 100g(GLU PSZ) ser twarogowy 70g(MLE) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata masłowa 20g pomidor bez skórki 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU OW, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) ser twarogowy 70g(MLE) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata masłowa 20g pomidor bez skórki 60g
II ŚNIADANIE	Gruszka 1szt. Galaretki owocowa 250ml	Gruszka 1szt. Galaretki owocowa 250ml	Gruszka 1szt.	Gruszka gotowana 1szt.	Jabłko gotowane 1szt.	Jabłko gotowane 1szt.
OBIAD	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g klopsiki drobiowe 130 g(GLU PSZ, JAJ) surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i pora 100g surówka z czerwonej kapusty 100g kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150 g(GLU PSZ, MLE) brokuły gotowane 100g marchewka gotowana 100g kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150g(GLU PSZ, MLE) Sałatka szwedzka konserwowa 100g(GOR) Włoszczyzna duszona 100g(SEL) kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami(MLE) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150g(GLU PSZ, MLE) Włoszczyzna duszona 150g(SEL) Kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(MLE, SEL) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150 g(GLU PSZ, MLE) buraczki 150g kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150g(GLU PSZ, MLE) Włoszczyzna duszona 150g(SEL) Kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna 250ml margaryna 10g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ZYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) parówka drobiowa 70g (SOJ, GLU PSZ) papryka czerwona 60g ogórek kiszony 50g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 120g(GLU PSZ) szynka wiejska 40g (SOJ) jajko gotowane 50g(JAJ) Papryka 60g Ogórek 50g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) parówka drobiowa 70g (SOJ, GLU PSZ) papryka czerwona 60g ogórek kiszony 50g	Herbata czarna 250ml Margaryna 10g (MLE) Weka pszenna 100g(GLU PSZ) Szynka z kurczaka 25g(SOJ, MLE) Pasta z białego sera i koperku 70g(MLE) Sałata lodowa 20g Pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g
PÓŹNA KOLACJA	Maślanka truskawkowa 1szt. (MLE)	Maślanka truskawkowa 1 szt. (MLE)	Maślanka 1 szt. (MLE)	Biszkopty maślane 50g (GLU PSZ, JAJ)	Maślanka 1 szt.(MLE)	Maślanka 1 szt.(MLE)
	Energia :2409 kcal Białko ogółem: 102,44 g Tłuszcz: 68,36 g Węglowodany ogółem: 362,76 g Sól: 6,76 g Błonnik:40,36 Tn:22,3g Cukry:91,22g	Energia :2406 kcal Białko ogółem: 101,02 g Tłuszcz: 72,97 g Węglowodany ogółem: 353,52 g Sól: 5,31 g Błonnik:40,51g Tn:25,2g Cukry:72,96g	Energia :2101 kcal Białko ogółem: 107,74 g Tłuszcz: 62,74 g Węglowodany ogółem: 289,33 g Sól: 7,42g Błonnik: 31,45g Tn:26,83g Cukry:66,54g	Energia: 2026 kcal Białko ogółem:75,4 g Tłuszcz: 59,28g Węglowodany ogółem: 310,33g Sól:4,61g Błonnik:20,56g Tn:28,77g Cukry:55,31g	Energia: 2019 kcal Białko ogółem:106,74 g Tłuszcz: 53,09g Węglowodany ogółem: 290,87g Sól:4,87g Błonnik:21,20g Tn:18,41g Cukry:33,33g	Energia: 2048 kcal Białko ogółem:100,81 g Tłuszcz: 45,21g Węglowodany ogółem: 324,04g Sól:5,02g Błonnik:23,64g Tn:16,61g Cukry:33,69g

CZWARTEK – 28.12.2023			
	Dieta do sondy	Dieta płynna – kleikowa	Dieta płynna (kolonoskopia) buliony
ŚNIADANIE	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
II ŚNIADANIE	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JEŹCZ)	Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
OBIAD	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
KOLACJA	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU PSZ)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
POŹNA KOLACJA		Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Energia: 1974 kcal Białko ogółem: 89,45g Tłuszcz: 73,48g Węglowodany ogółem: 249,11g Sól: 1,69g Błonnik: 16,65g Tn: 23,49g Cukry: 123,54g	Energia: 1462 kcal Białko ogółem: 32,4 g Tłuszcz: 12,65g Węglowodany ogółem: 303,95g Sól: 0,47g Błonnik: 2,3 g Tn: 2,06g Cukry: 6,3g	Energia: 60kcal Białko ogółem: 5,43g Tłuszcz: 1,44g Węglowodany ogółem: 7,44g Sól: 0,21g Błonnik: 0g Tn: 0,36g Cukry: 0g

## PIĄTEK – 29.12.2023

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta niskotłuszczowa	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatoresztkowa	Dieta podstawowa - dzieci
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) ser żółty 20g(MLE) pasta z jaj 70g (JAJ, MLE) Roszponka 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) pasta z jaj 70g (JAJ, MLE) miód 25g roszponka 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) miód 25g pasta z białek 70g (JAJ, MLE) sałata masłowa 20g pomidor bez skórki 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) jajko 1 szt. (JAJ) ser gouda 30g (MLE) sałata masłowa 20g ogórek 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) ser żółty 20g(MLE) jajko gotowane 50g(JAJ) roszponka 20g papryka czerwona 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) bułka pszenna 50g(GLU PSZ) ser żółty 30g(MLE) pasta z jajka 70g(JAJ, MLE) roszponka 20g pomidor 60g
II ŚNIADANIE	Banan 1szt.	Banan 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 180g(MLE)	Banan 1szt.
OBIAD	Krupnik 350ml (GLU JĘCZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Morszczuk pieczony 120 g(RYB) Surówka z kapusty kiszzonej 150g kompot 250ml	Krupnik 350ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Morszczuk na parze 120 g(RYB) Surówka z buraków i jabłka 100 g Włoszczyzna duszona 100g (SEL) kompot 250ml	Krupnik 250ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Morszczuk na parze 120 g(RYB) Włoszczyzna duszona 150g(SEL) kompot 250ml	Krupnik 350ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Morszczuk na parze 120g(RYB) Surówka z buraczka i jabłka 100g 100 g Surówka z kiszzonej kapusty 100g kompot 250ml	Krupnik 350ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Morszczuk na parze 120g(RYB) Surówka z buraczka i jabłka 100g 100 g Surówka z kiszzonej kapusty 100g kompot 250ml	Krupnik 350ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Morszczuk pieczony 120 g(RYB) Surówka z kapusty kiszzonej 100g Surówka z buraczka i jabłka 100g kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) pasta z sera białego z cebulką 70g(MLE) miód 25g Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) dietetyczna sałatka jarzynowa 120g (JAJ, SEL, MLE) dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 25g sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) dietetyczna sałatka jarzynowa 120g (SEL, MLE) dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 25g sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) dietetyczna sałatka jarzynowa 120g (JAJ, SEL, MLE) papryka czerwona 60g ogórek kiszony 50g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) dietetyczna sałatka jarzynowa 120g (JAJ, SEL, MLE) Sałata masłowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 50g(GLU PSZ) dietetyczna sałatka jarzynowa 120g (JAJ, SEL, MLE) jajko gotowane 50g(JAJ) Sałata lodowa 20g
PÓŻNA KOLACJA	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Biszkopty maślane 50g(GLU PSZ, JAJ)	Biszkopty maślane 50g(GLU PSZ, JAJ)	Serek wiejski 1 szt. (MLE)	Kefir 1 szt.(MLE)	Jogurt naturalny 1szt. (MLE)
	Energia : 2320 kcal Białko ogółem: 100,85 g Tłuszcz: 85,19 g Węglowodany ogółem 304,17 g Sól: 5,17g Błonnik:31,87 g Tn: 28,18 Cukry:87,86	Energia:2261 kcal Białko ogółem: 86,98 g Tłuszcz: 64,05 g Węglowodany ogółem: 352,86 g Sól: 6,11 g Błonnik: 37,72 g Tn:25,31g Cukry:109,55g	Energia: 2134 kcal Białko ogółem: 83.20 g Tłuszcz: 43.08 g Węglowodany ogółem: 367.26 g Sól: 5.42 g Błonnik:24.95 Tn:20,15g Cukry:36,71g	Energia: 2105 kcal Białko ogółem: 110.30 g Tłuszcz: 65.31 g Węglowodany ogółem: 290.92 g Sól: 8.18 g Błonnik: 49.40g Tn:32,29g Cukry:63,88g	Energia:2068 kcal Białko ogółem: 103.60 g Tłuszcz: 65.25 g Węglowodany ogółem: 285.21 g Sól: 6.74 g Błonnik:42.56 Tn:31,99g Cukry:69,9g	Energia:2516 kcal Białko ogółem: 97.35 g Tłuszcz: 81.71 g Węglowodany ogółem: 370.20 g Sól: 7.80 g Błonnik:46.13g Tn:26,9g Cukry:115,25g

## PIĄTEK – 29.12.2023

	Kobiety ciężarne	Kobieta karmiąca	Dieta wysokobiałkowa	Dieta niskobiałkowa	Dieta cukrzycowa/niskotłuszczowa	Dieta wrzodowa
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) pasta z jajka 70g(JAJ, MLE) ser żółty 20g(MLE) sałata masłowa 20g Pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) ser twarogowy 70g(MLE) pasztet z kurczaka pieczony 50g (GLU PSZ, JAJ) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ) ser żółty 20g(MLE) pasta z jaj 70g(JAJ, MLE) Rozsponka 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml masło extra 15g(MLE) Bułka pszenna 120g (GLU PSZ) Miód 25g Pasta z jaj 70g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 20g Pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g bułka pszenna 120g(GLU PSZ) miód 25g pasta z białek 70g (JAJ, MLE) sałata masłowa 20g pomidor bez skórki 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) miód 25g jajko gotowane na miękko 50g (JAJ) sałata masłowa 20g pomidor bez skórki 60g
II ŚNIADANIE	Banan 1szt.	Gruszka 1szt. Galaretki owocowa	Banan 1szt.	Banan 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.
OBIAD	Krupnik 350ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g Morszczuk pieczony 130 g(RYB) surówka z kiszzonej kapusty 100g surówka z buraków i jabłka 100g kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(MLE) Kasza jęczmienna 80g(GLU JĘCZ) Potrawka z kurczaka 150 g(GLU PSZ, MLE) brokuły gotowane 100g marchewka gotowana 100g kompot 250ml	Krupnik 350ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Morszczuk pieczony 120 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej 150g kompot 250ml	Krupnik 250ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Morszczuk na parze 120 g(RYB) Surówka z buraków i jabłka 100g kompot 250ml	Krupnik 250ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Morszczuk na parze 120 g(RYB) g(RYB) Włoszczyzna duszona 150g (SEL) kompot 250ml	Krupnik 250ml(GLU JĘCZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Morszczuk na parze 120 g(RYB) Włoszczyzna duszona 150g (SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) dietetyczna sałatka jarzynowa 120g (JAJ, MLE, SEL) dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 25g sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 120g(GLU PSZ) szynka wiejska 40g (SOJ) jajko gotowane 50g(JAJ) Papryka 60g Ogórek 50g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) pasta z sera białego z cebulką 70g(MLE) miód 25g Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml. Weka pszenna 100g(GLU PSZ) Margaryna 10g (MLE) Dietetyczna sałatka jarzynowa 120g (JAJ, MLE, SEL) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 25g Sałata lodowa 20g Pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) dietetyczna sałatka jarzynowa 120g (JAJ, MLE, SEL) dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 25g sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g	Herbata czarna 250ml. Weka pszenna 100g(GLU PSZ) Margaryna 10g (MLE) Dietetyczna sałatka jarzynowa 120g (JAJ, MLE, SEL) Sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g
PÓŹNA KOLACJA	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE) Biszkopty maślane 50g(GLU PSZ, JAJ)	Maślanka truskawkowa 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Wafle ryżowe 50g	Biszkopty maślane 50g(GLU PSZ, JAJ)	Biszkopty maślane 50g(GLU PSZ, JAJ)
	Energia:2625 kcal Białko ogółem: 98.65 g Tłuszcz: 85.74 g Węglowodany ogółem: 389.56 g Sól: 6.76 g Błonnik:40.36 Tn:27,35g Cukry:100,91g	Energia:2406 kcal Białko ogółem: 101.02 g Tłuszcz: 72.97 g Węglowodany ogółem: 353.52 g Sól: 8.16 g Błonnik: 55.78 g Tn:28,63g Cukry:85,12g	Energia:2143 kcal Białko ogółem: 108.06 g Tłuszcz: 30.18 g Węglowodany ogółem: 290.56 g Sól: 5.15 g Błonnik: 55.78 g Tn:25,89g Cukry:99,28g	Energia: 2141 kcal Białko ogółem: 58,25g Tłuszcz:70,05g Węglowodany ogółem:332,86g Sól:4,61g Błonnik:23,47g Tn: 20,59g Cukry:93,72 g	Energia: 2070 kcal Białko ogółem: 89,02g Tłuszcz:47,31g Węglowodany ogółem:335,63g Sól:5,25g Błonnik:25,21g Tn: 12,31g Cukry:94,41g	Energia: 1971 kcal Białko ogółem: 78,84g Tłuszcz:49,44g Węglowodany ogółem:315,57g Sól:4,62g Błonnik:23,59g Tn: 15,96g Cukry:83,57g



PIĄTEK – 29.12.2023			
	Dieta do sondy	Dieta płynna – kleikowa	Dieta płynna (kolonoskopia) buliony
ŚNIADANIE	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
II ŚNIADANIE	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JEŹCZ)	Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
OBIAD	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
KOLACJA	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU PSZ)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
POŹNA KOLACJA		Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Energia: 1974 kcal Białko ogółem: 89,45g Tłuszcz: 73,48g Węglowodany ogółem: 249,11g Sól: 1,69g Błonnik: 16,65g Tn: 23,49g Cukry: 123,54g	Energia: 1462 kcal Białko ogółem: 32,4 g Tłuszcz: 12,65g Węglowodany ogółem: 303,95g Sól: 0,47g Błonnik: 2,3 g Tn: 2,06g Cukry: 6,3g	Energia: 60kcal Białko ogółem: 5,43g Tłuszcz: 1,44g Węglowodany ogółem: 7,44g Sól: 0,21g Błonnik: 0g Tn: 0,36g Cukry: 0g

## SOBOTA – 30.12.2023

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta niskotłuszczowa	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatoresztkowa	Dieta podstawowa - dzieci
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ,MLE) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g (GLU OSZ,GLU ŻYT) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) pasta z sera białego i koperku 70g (MLE) Rukola 20g rzodkiewka 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) pasta z sera białego i pomidora 70g (MLE) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) rukola 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ,MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) dżem morelowy, niskosłodzony 25g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) rukola 20g rzodkiewka 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) pasta z białego sera i koperku 70g(MLE) rukola 20g rzodkiewka 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) pasta z białego sera i koperku 70g (MLE) rukola 20g rzodkiewka 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) bułka pszenna 100g (GLU PSZ) masło extra 15g(MLE) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) pasta z białego sera i koperku 70g (MLE) rukola 20g rzodkiewka 60g
II ŚNIADANIE	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Jabłko gotowane 1szt.	Jogurt naturalny 180 g(MLE).	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
OBIAD	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 150g Udko pieczone 130 g Surówka z marchewki i jabłka 100g Fasolka szparagowa gotowana 100g kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 150g Udko na parze 130 g Warzywa duszone 150 g(SEL) kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 130g Udko gotowane 130 g Warzywa duszone 150 g(SEL) kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 150g Udko gotowane 130 g Fasolka szparagowa gotowana 100g Surówka z marchwi i jabłka 100g kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 150g Udko gotowane 130 g Fasolka szparagowa gotowana 100g Surówka z marchwi i jabłka 100g kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 150g Udko pieczone 130 g Surówka z marchewki i jabłka 100g Fasolka szparagowa gotowana 100g kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) owsianka górską 350ml(GLU OW,MLE) chleb mieszany 60g (GLU PSZ,GLU ŻYT) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) galaretka drobiowa 100g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) galaretka drobiowa 100 g sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) galaretką drobiową 150 g sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) galaretką drobiową 100g sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ) mielonka 40g (SOJ, MLE) galaretką drobiową 100g sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE) ser żółty 20g(MLE) Sałata lodowa 20g Pomidor 60g
PÓŹNA KOLACJA	Mus jabłkowo-gruszkowy 1szt.	Mus jabłkowo-gruszkowy 1 szt.	Mus jabłkowy 1 szt.	Kanapka nocna (GLU PSZ, MLE)	Mus jabłkowo-gruszkowy 1 szt.	Serek wiejski 1 szt.(MLE)
	Energia : 2262 kcal Białko ogółem: 112.05 g Tłuszcz: 82.17 g Węglowodany ogółem 303.88 g Sól: 6.94 g Błonnik:45.44g Tn: 24,07g Cukry:79,31g	Energia:2247 kcal Białko ogółem: 105.68 g Tłuszcz: 67.79 g Węglowodany ogółem: 317,10 g Sól: 6.55 g Błonnik: 28.81g Tn:25,21g Cukry:67,09g	Energia: 2109 kcal Białko ogółem: 91.53 g Tłuszcz: 57.82 g Węglowodany ogółem: 316.44 g Sól: 5.47 g Błonnik:22.01g Tn:15,67g Cukry:44,01g	Energia: 2038 kcal Białko ogółem: 83.34 g Tłuszcz: 44.27 g Węglowodany ogółem: 356.09 g Sól: 5.22 g Błonnik: 44.07g Tn:27,72g Cukry:55,34g	Energia: 1934 kcal Białko ogółem: 88.17 g Tłuszcz: 57.12 g Węglowodany ogółem: 287.45 g Sól: 5.83 g Błonnik:45.70g Tn:28,28g Cukry:83,53g	Energia: 2258 kcal Białko ogółem: 74.88 g Tłuszcz: 68.57 g Węglowodany ogółem: 355.23 g Sól: 5.30 g Błonnik:42.72 g Tn:21,64g Cukry:128,81g

SOBOTA – 30.12.2023

	Kobiety ciężarne	Kobieta karmiąca	Dieta wysokobiałkowa	Dieta niskobiałkowa	Dieta cukrzycowa/niskotłuszczowa	Dieta wrzodowa
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JEĆCZ) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) pasta z białego sera i koperku 70g (MLE) szynka wieprzowa 40g (SOJ) sałata masłowa 20g Pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JEĆCZ) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) pasta z białego sera i koperku 70g (MLE) szynka wieprzowa 40g (SOJ) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JEĆCZ) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) pasta z sera białego i koperku 70g (MLE) szynka parzona 40g (SOJ) rukola 20g ogórek kiszony 50g	Herbata czarna 250ml masło extra 15g(MLE) bułka pszenna 120g (GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) pasta z białego sera i pomidora (MLE) 70g rukola 20g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JEĆCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) dżem morelowy, niskosłodzony 25g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) rukola 20g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JEĆCZ) masło extra 15g(MLE) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) pasta z białego sera i pietruszki (MLE) 70g Sałata masłowa 20g
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 1 szt.(MLE) Banan 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.(MLE) Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Jabłko gotowane 1szt.	Banan 1szt.
OBIAD	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Udko pieczone 130 g Surówka z marchewki i jabłka 100g Fasolka szparagowa gotowana 100g kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Udko gotowane 130 g Surówka z marchwi i jabłka 150g kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Udko pieczone 130 g Surówka z marchewki i jabłka 100g Fasolka szparagowa gotowana 100g kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL) Ryz biały 80g Udko gotowane 130 g Fasolka szparagowa gotowana 100g Warzywa duszone 100g(SEL) kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 130g Udko gotowane 130 g Warzywa duszone 150 g(SEL) kompot 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml(MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 130g Udko gotowane 130 g Warzywa duszone 150 g(SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) galaretka drobiowa 100g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 60g(GLU PSZ) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) galaretka drobiowa 100g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 60g (GLU PSZ) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) galaretka drobiowa 100g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) galaretka drobiowa 100g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) galaretka drobiowa 150 g sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) galaretka drobiowa 150 g sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g
PÓŻNA KOLACJA	Mus jabłkowo-gruszkowy 1 szt.	Mus jabłkowo-gruszkowy 1 szt.	Mus jabłkowo-gruszkowy 1 szt.	Mus jabłkowo – gruszkowy 1 szt.	Mus jabłkowo – gruszkowy 1 szt.	Mus jabłkowo – gruszkowy 1 szt.
	Energia: 2625 kcal Białko ogółem: 98,65 g Tłuszcz: 85,74 g Węglowodany ogółem: 389,56 g Sól: 6,76 g Błonnik: 40,36 Tn: 22,62g Cukry: 149,5g	Energia: 2406 kcal Białko ogółem: 101,02 g Tłuszcz: 72,97 g Węglowodany ogółem: 353,52 g Sól: 8,16 g Błonnik: 55,78 g Tn: 22,46g Cukry: 150,58g	Energia: 2181 kcal Białko ogółem: 109,17g Tłuszcz: 54,12g Węglowodany ogółem: 338,25g Sól: 5,88g Błonnik: 54,00g Tn: 20,32g Cukry: 137,57g	Energia: 1996 kcal Białko ogółem: 70,01g Tłuszcz: 76,31g Węglowodany ogółem: 274,92 g Sól: 5,08 g Błonnik: 36,59g Tn: 76,31g Cukry: 66,44g	Energia: 2158 kcal Białko ogółem: 87,66g Tłuszcz: 43,26g Węglowodany ogółem: 371,22 g Sól: 5,14g Błonnik: 34,24g Tn: 14,8g Cukry: 95,04g	Energia: 2060 kcal Białko ogółem: 80,86g Tłuszcz: 53,61g Węglowodany ogółem: 329,35 g Sól: 5,04g Błonnik: 33,29g Tn: 22,4g Cukry: 102,16g

SOBOTA – 30.12.2023			
	Dieta do sondy	Dieta płynna – kleikowa	Dieta płynna (kolonoskopia) buliony
ŚNIADANIE	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
II ŚNIADANIE	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JĘCZ)	Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
OBIAD	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
KOLACJA	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU PSZ)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
POŹNA KOLACJA		Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Energia: 1974 kcal Białko ogółem: 89,45g Tłuszcz: 73,48g Węglowodany ogółem: 249,11g Sól: 1,69g Błonnik: 16,65g Tn: 23,49g Cukry: 123,54g	Energia: 1462 kcal Białko ogółem: 32,4 g Tłuszcz: 12,65g Węglowodany ogółem: 303,95g Sól: 0,47g Błonnik: 2,3 g Tn: 2,06g Cukry: 6,3g	Energia: 60kcal Białko ogółem: 5,43g Tłuszcz: 1,44g Węglowodany ogółem: 7,44g Sól: 0,21g Błonnik: 0g Tn: 0,36g Cukry: 0g

## NIEDZIELA - 31.12.2023

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta niskotłuszczowa	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatoresztkowa	Dieta podstawowa - dzieci
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ,MLE) masło extra 15g (MLE) chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) paprykarz (RYB, SEL) parówki wieprzowe 70g (SOJ, GLU PSZ) sałata masłowa 20g ogórek kiszony 50g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ,MLE) masło extra 15g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) paprykarz warzywny 50g (SEL) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ,MLE) margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 120g (GLU PSZ) parówka drobiowa 70g (SOJ, GLU PSZ) szynka parzona 40g (SOJ) sałata masłowa 20g pomidor bez skórki 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) masło extra 15g (MLE) chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) paprykarz 50g (SEL) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) sałata masłowa 20g ogórek kiszony 50g	Kawa zbożowa 250ml(MLE,GLU ZYT,GLU JĘCZ) masło extra 15g (MLE) chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) paprykarz 50g(RYB,SEL) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) sałata masłowa 20g ogórek kiszony 50g	Kakao250ml(MLE) masło extra 15g (MLE) bułka pszenna 120g (GLU PSZ) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) pasta z sera białego i pomidora 70g(MLE) sałata masłowa 20g
II ŚNIADANIE	Winogrona 50g	Kisiel truskawkowy	Kisiel truskawkowy	Jogurt naturalny 1 szt.(MLE) winogrona	Winogrona 50g	Winogrona 50g
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ,SEL) Ziemniaki gotowane 150g Pieczony filet z kurczaka 130 g Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ/) surówka z białej rzodkwi 100g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ,SEL) Ziemniaki gotowane 150g Roladka z kurczaka 130 g Surówka z marchewki i selera 100 g(SEL) Buraczki tarte 100g kompot 250ml	Zupa grysikowa 350ml(GLU PSZ,SEL) Ziemniaki gotowane 150g Roladka z kurczaka 130 g Surówka z marchewki i selera 100 g(SEL) Buraczki tarte 100g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU PS,SEL) Ziemniaki gotowane 150g Roladka z kurczaka 130g Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ) surówka z białej rzodkwi 100g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Roladka z kurczaka 130g Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ) surówka z białej rzodkwi 100g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ,SEL) Ziemniaki gotowane 150g Pieczony filet z kurczaka 130 g Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ) surówka z białej rzodkwi 100g kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) owsianka górską 350ml(GLU OW,MLE) chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE) ser żółty 30g(MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE) ser żółty 30 g(MLE) sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE) dżem brzoskwiniowy 25g sałata lodowa 20g Pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) Owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE) ser żółty 30g(MLE) sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE) ser żółty 30g (MLE) sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE) ser topiony 25g (MLE) Sałata lodowa 20g Pomidor 60g
PÓŻNA KOLACJA	Serek wiejski 1 szt.(MLE)	Serek wiejski 1 szt. (MLE)	Serek wiejski 1 szt.(MLE)	Serek wiejski 1 szt.(MLE) Wafle ryżowe 50g	Serek wiejski 1 szt.(MLE) Wafle ryżowe 50g	Serek wiejski 1 szt.(MLE)
	Energia : 2153 kcal Białko ogółem: 120,43 g Tłuszcz: 83,72 g Węglowodany ogółem: 268,79 g Sól: 4,97 g Błonnik:30,86g Tn: 27,93g Cukry: 64,63g	Energia: 2138 kcal Białko ogółem: 99,55 g Tłuszcz: 86,50 g Węglowodany ogółem: 252,68 g Sól: 3,76 g Błonnik: 26,36 g Tn: 42,76g Cukry: 54,93g	Energia: 2087 kcal Białko ogółem: 108,18 g Tłuszcz: 55,04 g Węglowodany ogółem: 302,29 g Sól: 5,15 g Błonnik: 20,94 g Tn: 20,35g Cukry: 63,47g	Energia: 2112 kcal Białko ogółem: 98,3 g Tłuszcz: 76,08 g Węglowodany ogółem: 272,91 g Sól: 6,78 g Błonnik: 32,94 g Tn: 33,4g Cukry: 43,54g	Energia: 2088 kcal Białko ogółem: 90,7 g Tłuszcz: 75,5 g Węglowodany ogółem: 275,26 g Sól: 6,51 g Błonnik: 32,54 g Tn: 34,39g Cukry: 38,76g	Energia: 1997 kcal Białko ogółem: 104,46 g Tłuszcz: 66,06 g Węglowodany ogółem: 255,02 g Sól: 5,65 g Błonnik: 22,79 g Tn: 30,88g Cukry: 53,63g

## NIEDZIELA - 31.12.2023

	Kobiety ciężarne	Kobieta karmiąca	Dieta wysokobiałkowa	Dieta niskobiałkowa	Dieta cukrzycowa/niskotłuszczowa	Dieta wrzodowa
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g (MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ZYT) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ZYT) Parówki wieprzowe 70g (SOJ, GLU PSZ) Paprykarz 50g (RYB, SEL) sałata masłowa 20g ogórek kiszony 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) szynka wiejska 40g (SOJ) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g (MLE) chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ZYT) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ZYT) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) paprykarz 70g (RYB, SEL) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml masło extra 15g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) paprykarz warzywny 50g (SEL) parówki drobiowe 70g (SOJ, GLU PSZ) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 120g (GLU PSZ) szynka parzona 40g (SOJ) pasta z sera białego i pomidora 70g (MLE) sałata masłowa 20g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE) masło extra 15g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) paprykarz warzywny 50g (SEL) szynka parzona 40g (SOJ) sałata masłowa 20g
II ŚNIADANIE	Winogrona 50g Kisiel truskawkowy 250 ml	Kisiel truskawkowy 250ml Jabłko pieczone 1szt.	Winogrona 50g	Winogrona 50g Kisiel truskawkowy 250ml	Kisiel truskawkowy 250ml	Kisiel truskawkowy 250ml
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Pieczony filet z kurczaka 130 g Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ) surówka z białej rzodkwi 100g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Roladka z kurczaka 130 g Marchew gotowana 100g Buraczki 100g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Pieczony filet z kurczaka 130 g Marchewka z groszkiem gotowana 100g (GLU PSZ) surówka z białej rzodkwi 100g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Roladka z kurczaka 130 g Surówka z marchewki i selera 100 g(SEL) Buraczki tarte 100g kompot 250ml	Zupa grysikowa 350ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Roladka z kurczaka 130 g Buraczki tarte 150g Kompot 250ml	Zupa grysikowa 350ml(GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Roladka z kurczaka 130 g Buraczki tarte 150g Kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ZYT) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ZYT) połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE) ser żółty 30g (MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 60g (GLU PSZ) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ZYT) galaretki drobiowa 100g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ZYT) połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE) ser żółty 30g(MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE) dżem brzoskwinowy 25g sałata lodowa 20g Pomidor 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE) dżem brzoskwinowy 25g sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 120g (GLU PSZ) połudwica z indyka 40g (SOJ, MLE) serek śmietankowy almette 40g(MLE) Sałata lodowa 20g Pomidor bez skórki 60g
PÓŹNA KOLACJA	Serek wiejski 1 szt.(MLE)	Serek wiejski 1 szt. (MLE)	Serek wiejski 1 szt.(MLE)	Herbatniki 50g(GLU PSZ, JAJ, MLE)	Serek wiejski 1 szt. (MLE)	Serek wiejski 1 szt. (MLE)
	Energia: 2430 kcal Białko ogółem: 110,58 g Tłuszcz: 69,65 g Węglowodany ogółem: 297,22 g Sól: 7,09 g Błonnik: 36,85 g Tn: 31,54g Cukry: 89,47g	Energia: 2445 kcal Białko ogółem: 120,65 g Tłuszcz: 66,09 g Węglowodany ogółem: 359,23 g Sól: 6,83 g Błonnik: 28,05 g Tn: 28,58g Cukry: 82,96g	Energia: 2039 kcal Białko ogółem: 109,04 g Tłuszcz: 68,71 g Węglowodany ogółem: 261,66 g Sól: 5,07 g Błonnik: 32,74 g Tn: 32,25 g Cukry: 57,01g	Energia: 2232 kcal Białko ogółem: 67,88g Tłuszcz: 81,65g Węglowodany ogółem: 321,31g Sól: 4,99g Błonnik: 33,15g Tn: 33,86g Cukry: 72,19g	Energia: 2017 kcal Białko ogółem: 104,05g Tłuszcz: 44,89g Węglowodany ogółem: 312,77g Sól: 5,4g Błonnik: 21,3g Tn: 14,3g Cukry: 78,15g	Energia: 01932kcal Białko ogółem: 94,54g Tłuszcz: 51,17g Węglowodany ogółem: 285,81g Sól: 5,38g Błonnik: 17,4g Tn: 17,19g Cukry: 55,4g

NIEDZIELA - 31.12.2023			
	Dieta do sondy	Dieta płynna – kleikowa	Dieta płynna (kolonoskopia) buliony
ŚNIADANIE	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
II ŚNIADANIE	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JEĆCZ)	Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
OBIAD	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
KOLACJA	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU PSZ)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
POŹNA KOLACJA		Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Energia: 1974 kcal Białko ogółem: 89,45g Tłuszcz: 73,48g Węglowodany ogółem: 249,11g Sól: 1,69g Błonnik: 16,65g Tn: 23,49g Cukry: 123,54g	Energia: 1462 kcal Białko ogółem: 32,4 g Tłuszcz: 12,65g Węglowodany ogółem: 303,95g Sól: 0,47g Błonnik: 2,3 g Tn: 2,06g Cukry: 6,3g	Energia: 60kcal Białko ogółem: 5,43g Tłuszcz: 1,44g Węglowodany ogółem: 7,44g Sól: 0,21g Błonnik: 0g Tn: 0,36g Cukry: 0g

PONIEDZIAŁEK – 01.01.2024

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta niskotłuszczowa	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatoresztkowa	Dieta podstawowa – dzieci
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU, PSZ, MLE) masło extra 15g (MLE) chleb mieszany 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) pasta z białego sera i szczypiorku 70g (MLE) szynka wieprzowa 40g (SOJ) Sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE) masło extra 15g (MLE) weka pszenna (GLU PSZ) 100g pasta z białego sera (MLE) 70g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE) masło extra 15g (MLE) weka pszenna (GLU PSZ) 100g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) pasta z białego sera (MLE) 70g sałata masłowa 20g pomidor bez skóry 60g	Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) owsianka górską 350ml (GLU OW) masło extra 15g (MLE) chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) pasta z białego sera 70g (MLE) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) owsianka górską 350ml (GLU OWS, MLE) masło extra 15g (MLE) chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) pasta z białego sera 70g (MLE) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml (MLE) owsianka górską 350ml (GLU OW, MLE) masło extra 15g (MLE) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) pasta z białego sera 70g (MLE) sałata masłowa 20g pomidor 60g
II ŚNIADANIE	Pomarańcza ½ szt.	Jabłko gotowane 1 szt.	Jabłko gotowane 1 szt.	Grejfrut ½ szt.	Grejfrut ½ szt.	Pomarańcza ½ szt.
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g Filet z kurczaka smażony bez tłuszczu 120g surówka z buraka 100g surówka z selera i jabłka 100g (SEL) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g filet z kurczaka na parze 120g surówka z buraków i jabłka 100g sałata zielona ze śmietaną (MLE) 100g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g filet z kurczaka na parze 120g surówka z buraka i jabłka 150g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 350ml (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g filet z kurczaka na parze 150g surówka z buraków i jabłka 100g surówka z selera i jabłka 100g (SEL) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 350ml (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g filet z kurczaka na parze 150g surówka z selera i jabłka 100g (SEL) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g Filet z kurczaka smażony 150g surówka z buraka 100g surówka z selera i jabłka 100g (SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) parówki drobiowe 70g (GLU PSZ, SOJ) ser żółty 30g (MLE) Sałata masłowa 20g Papryka czerwona 60g	Herbata czarna owsianka górską 350ml (GLU OW, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) parówki drobiowe 70g (GLU PSZ, SOJ) serek śmietankowy almette 40g (MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna owsianka górską 350ml (GLU OW, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE) serek śmietankowy almette 40g (MLE) Sałata lodowa 20g pomidor bez skórki 60g	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) parówki drobiowe 70g (GLU PSZ, SOJ) ser żółty 30g (MLE) Sałata masłowa 20g papryka czerwona 50g	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) parówki drobiowe 70g (GLU PSZ, SOJ) ser żółty 20g (MLE) Sałata masłowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) parówki drobiowe 70g (GLU PSZ, SOJ) ser żółty 30g (MLE) Sałata masłowa 20g papryka czerwona 50g
PÓŻNA KOLACJA	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Kanapka nocna (GLU PSZ, MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Mus jabłkowy 1 szt. biszkopty maślane 20g (GLU PSZ, JAJ, MLE)
	Energia : 2226 kcal Białko ogółem: 135,53 g Tłuszcz: 73,61 g Węglowodany ogółem: 282,14 g Sól: 5,06 g Błonnik: 31,06g Tn: 28,53g Cukry: 66,88g	Energia: 2242 kcal Białko ogółem: 110 g Tłuszcz: 60,5 g Węglowodany ogółem: 327,22 g Sól: 4,67 g Błonnik: 24,34g Tn: 22,4g Cukry: 92,16g	Wartość energetyczna: 1939 kcal Białko ogółem: 111,14 g Tłuszcz: 39,65 g Węglowodany ogółem: 295,39 g Sól: 5,46g Błonnik: 18,18g Tn: 16,44g Cukry: 60,44g	Wartość energetyczna: 2132 kcal Białko ogółem: 116,70 g Tłuszcz: 67,98 g Węglowodany ogółem: 282,50 g Sól: 5,25 g Błonnik: 42,55g Tn: 37,5g Cukry: 55,83g	Wartość energetyczna: 1983 kcal Białko ogółem: 105,93 g Tłuszcz: 57,64 g Węglowodany ogółem: 275,53 g Sól: 4,30 g Błonnik: 36,47g Tn: 26,43g Cukry: 54,35g	Wartość energetyczna: 2172 kcal Białko ogółem: 102,12 g Tłuszcz: 56,63 g Węglowodany ogółem: 303,05 g Sól: 4,19 g Błonnik: 23,09g Tn: 30,18g Cukry: 58,96g



PONIEDZIAŁEK – 01.01.2024

	Kobiety ciężarne	Kobieta karmiąca	Dieta wysokobiałkowa	Dieta niskobiałkowa	Dieta cukrzycowa/niskotłuszczowa	Dieta wrzodowa
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) pasta z białego sera i szczypiorku 70g(MLE) szynka wieprzowa 40g (SOJ) Sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) pasta z białego sera 70g (MLE) szynka wieprzowa 40g (SOJ) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) zupa mleczna z kaszą manną 350ml (GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g (GLU PSZ) pasta z białego sera 70g (MLE) szynka wieprzowa 40g (SOJ) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) bułka pszenna 120g(GLU PSZ) dżem brzoskwinowy , niskosłodzony 25g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) margaryna 10g bułka pszenna 120g(GLU PSZ) pasta z białego sera i szczypiorku 70g (MLE) szynka z piersi kurczaka 40g (SOJ, MLE) Sałata masłowa 20g pomidor 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ)) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) pasta z białego sera 70g(MLE) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) sałata masłowa 20g pomidor bez skórki 60g
II ŚNIADANIE	Pomarańcza ½ szt. biszkopty maślane 20g(GLU PSZ, JAJ, MLE)	Pomarańcza ½ szt. biszkopty maślane 20g(GLU PSZ, JAJ, MLE)	Pomarańcza ½ szt.	Jabłko gotowane 1szt.	Jabłko gotowane 1szt	Jabłko gotowane 1szt.
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g Filet z kurczaka smażony 150g surówka z buraka 100g surówka z selera i jabłka 100g(SEL) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g filet z kurczaka na parze 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g Filet z kurczaka na parze 150g surówka z buraka 100g surówka z selera i jabłka 100g(SEL) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g filet z kurczaka na parze 120g surówka z buraków i jabłka 150g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g filet z kurczaka na parze 120g surówka z buraków i jabłka 150g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ziemniaki gotowane 150g filet z kurczaka na parze 120g buraczki 100g kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 50g(GLU PSZ) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) parówki drobiowe 70g (GLU PSZ, SOJ) ser żółty 30g(MLE) Sałata masłowa 20g papryka czerwona 50g	Herbata czarna owsianka górską 200ml margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 50g(GLU PSZ) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) parówki drobiowe 70g (GLU PSZ, SOJ) ser żółty 30g(MLE) Sałata lodowa 20g papryka czerwona 50g	Herbata czarna margaryna 10g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ, MLE) parówki drobiowe 70g (GLU PSZ, SOJ) ser żółty 30g (MLE) Sałata masłowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) parówki drobiowe 70g (GLU PSZ, SOJ) serek śmietankowy almette 30g (MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) parówki drobiowe 70g (GLU PSZ, SOJ) serek śmietankowy almette 30g (MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) połędwica z indyka 40g (SOJ, MLE) serek śmietankowy almette 30g (MLE) Sałata lodowa 20g pomidor bez skórki 60g
PÓŻNA KOLACJA	Mus jabłkowy 1 szt. wafle ryżowe 40g	Mus jabłkowy 1 szt. wafle ryżowe 40g	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Biszkopty maślane 20g(GLU PSZ, JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Serek homogenizowany 1 szt. (MLE) Sucharki 40g GLU PSZ)
	Energia: 2685 kcal Białko ogółem: 106,86 g Tłuszcz: 76,57 g Węglowodany ogółem: 302,28 g Sól: 5,4 g Blonnik: 32,43g Tn: 29,49g Cukry: 72,88g	Energia: 2507 kcal Białko ogółem: 124,16 g Tłuszcz: 67,57g Węglowodany ogółem: 361,44 g Sól: 4,63 g Blonnik: 23,27g Tn: 29,14g Cukry: 59,36g	Energia: 2032 kcal Białko ogółem: 111,30 g Tłuszcz: 70,30 g Węglowodany ogółem: 251,82g Sól: 4,50 g Blonnik: 29,23g Tn: 28,15g Cukry: 62,84g	Energia: 2091 kcal Białko ogółem: 77,02 g Tłuszcz: 60,15 g Węglowodany ogółem: 322,77g Sól: 3,14 g Blonnik: 20,91g Tn: 22,29g Cukry: 66,85g	Energia: 1982 kcal Białko ogółem: 100,59g Tłuszcz: 39,66 g Węglowodany ogółem: 315,16g Sól: 4,23 g Blonnik: 28,16g Tn: 13,02g Cukry: 87,28g	Energia: 2020 kcal Białko ogółem: 97,69g Tłuszcz: 48,2g Węglowodany ogółem: 310,06g Sól: 4,06 g Blonnik: 11,18g Tn: 26,01g Cukry: 50,52g

PONIEDZIAŁEK – 01.01.2024			
	Dieta do sondy	Dieta płynna – kleikowa	Dieta płynna (kolonoskopia) buliony
ŚNIADANIE	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
II ŚNIADANIE	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JEŹCZ)	Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
OBIAD	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
KOLACJA	Płynna mięsna 500g (SEL, GLU PSZ, SOJ)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
POŹNA KOLACJA		Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Energia: 1974 kcal Białko ogółem: 89,45g Tłuszcz: 73,48g Węglowodany ogółem: 249,11g Sól: 1,69g Błonnik: 16,65g Tn: 23,49g Cukry: 123,54g	Energia: 1462 kcal Białko ogółem: 32,4 g Tłuszcz: 12,65g Węglowodany ogółem: 303,95g Sól: 0,47g Błonnik: 2,3 g Tn: 2,06g Cukry: 6,3g	Energia: 60kcal Białko ogółem: 5,43g Tłuszcz: 1,44g Węglowodany ogółem: 7,44g Sól: 0,21g Błonnik: 0g Tn: 0,36g Cukry: 0g

## WTOREK – 02.01.2024

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta niskotłuszczowa	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatoresztkowa	Dieta podstawowa - dzieci
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) dżem brzoskwinowy 25g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) Sałata masłowa 20g ogórek zielony 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) dżem truskawkowy 25g sałata masłowa 20g pomidor bez skóry 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) dżem truskawkowy 25g sałata masłowa 20g pomidor bez skóry 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) owsianka górską 200ml(GLU OW, MLE) masło extra 15g(MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka parzona 40g (SOJ) jajko 50g(JAJ) sałata masłowa 20g ogórek zielony 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka parzona 40g (SOJ) jajko 50g(JAJ) sałata masłowa 20g ogórek zielony 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) bułka pszenna 50g(GLU PSZ) dżem brzoskwinowy 25g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) Sałata masłowa 20g ogórek zielony 60g
II ŚNIADANIE	Jabłko 1szt	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt.	Jabłko 1szt.	Jabłko 1szt.	Jabłko 1szt wafelki czekoladowy 40g (GLU)
OBIAD	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ) schab duszony 130g surówka z białej kapusty 100g surówka z marchwi ,selera i jabłka 100g (SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU PSZ, MLE, SEL) ryż biały 80 g schab duszony 130g surówka z marchwi i selera 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ryż biały 80g roladka z kurczaka 130g sałatka z marchwi i selera 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) kasza jęczmienna 80 g schab duszony 120g surówka z białej kapusty 100g surówka z marchwi i selera 100g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ) schab duszony 130g surówka z białej kapusty 100g surówka z marchwi i selera 100g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ) schab duszony 130g surówka z białej kapusty 100g surówka z marchwi i selera 100g(SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna 250ml owsianka górską 200ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 50g(GLU PSZ) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) mielonka 40g (SOJ, MLE) ser topiony 25g(MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml owsianka górską 200ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) ser twarogowy 70g(MLE) szynka parzona 40g (SOJ) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml zupa mleczna z kaszą manną 200ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka parzona 40g (SOJ) ser twarogowy 70g(MLE) Sałata lodowa 20g pomidor bez skóry 60g	Herbata czarna 250ml margaryna 10g (MLE) chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) ser twarogowy 70g(MLE) Sałata masłowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml owsianka górską(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g chleb graham 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) szynka wieprzowa 40g (SOJ) ser twarogowy 70g(MLE) Sałata masłowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml owsianka górską 200ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 50g(GLU PSZ) mielonka 40g (SOJ, MLE) ser topiony 25g(MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g
PÓŹNA KOLACJA	Jogurt naturalny z owocowym musli 1 szt.(MLW, GLU OW)	Serek homogenizowany 1 szt.(MLE)	Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)	Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)	Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)	Serek homogenizowany truskawkowy 1 szt.(MLE)
	Wartość energetyczna 2248 kcal Białko ogółem: 113,04 g Tłuszcz : 66,74 g Węglowodany ogółem 313,55 g Sól: 5,84 g Błonnik:33,87g Tn: 28,49g Cukry:96,21g	Energia: 2293 kcal Białko ogółem:114,2 g Tłuszcz:62,33 g Węglowodany ogółem: 329,42 g Sól: 4,93 g Błonnik: 21,39g Tn:35,44g Cukry:83,7g	Wartość energetyczna 2178 kcal Białko ogółem: 101,03 g Tłuszcz: 45,07 g Węglowodany ogółem: 353,74 g Sól: 5,78 g Błonnik:23,80g Tn:17,29g Cukry:92,57g	Wartość energetyczna 2029 kcal Białko ogółem: 117,22 g Tłuszcz: 63,43 g Węglowodany ogółem: 265,32 g Sól: 4,42 g Błonnik:40,89g Tn:28,61g Cukry:54,62g	Wartość energetyczna: 2589 kcal Białko ogółem: 105,74 g Tłuszcz: 68,08 g Węglowodany ogółem: 408,91 g Sól:4,18 g Błonnik:70,59g Tn:29,52g Cukry:69,55g	Wartość energetyczna 2160 kcal Białko ogółem: 92,92 g Tłuszcz: 65,65 g Węglowodany ogółem: 315,21 g Sól: 5,61 g Błonnik:32,09g Tn:24,44g Cukry:54,39g

## WTOREK – 02.01.2024

	Kobiety ciężarne	Kobieta karmiąca	Dieta wysokobiałkowa	Dieta niskobiałkowa	Dieta cukrzycowa/niskołuszczowa	Dieta wrzodowa
ŚNIADANIE	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) chleb mieszany 70g(GLU PSZ, GLU ZYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ZYT) dżem brzoskwinowy 25g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) Sałata masłowa 20g ogórek zielony 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) dżem brzoskwinowy 25g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) Sałata masłowa 20g ogórek zielony 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) dżem brzoskwinowy 25g szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) Sałata masłowa 20g Ogórek zielony 60g	Herbata 250ml Bułka pszenna 120g(GLU PSZ) masło extra 15g(MLE) Miód 25g Szynka parzona 40g (SOJ) Sałata masłowa 20g Ogórek zielony 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) dżem truskawkowy 25g sałata masłowa 20g pomidor bez skóry 60g	Kawa zbożowa 250ml(MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ) zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) masło extra 15g(MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka z kurczaka 40g (SOJ, MLE) dżem truskawkowy 25g sałata masłowa 20g pomidor bez skóry 60g
II ŚNIADANIE	Jabłko 1szt drożdżówka z owocami 1szt.(GLU PSZ, JAJ, MLE)	Jabłko 1szt drożdżówka z owocami 1szt. (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Jabłko 1szt.	Jabłko pieczone 1szt	Jabłko pieczone 1szt.	Jabłko pieczone 1szt
OBIAD	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ) schab duszony 130g surówka z białej kapusty 100g surówka z marchwi i selera 100g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ) schab duszony 130g sałatka z buraków 150g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) kasza jęczmienna 80 g(GLU JĘCZ) schab duszony 130g surówka z białej kapusty 100g surówka z marchwi i selera 100g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ryż biały 80 g schab duszony 130g surówka z marchwi i selera 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ryż biały 80g roladka z kurczaka 130g surówka z marchwi i selera 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml(GLU PSZ, MLE, SEL) ryż biały 80g roladka z kurczaka 130g marchewka gotowana 150g kompot 250ml
KOLACJA	Herbata czarna owsianka górską 350ml margaryna 10g (MLE) chleb mieszany 60g(GLU PSZ, GLU ZYT) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ZYT) mielonka 40g (SOJ, MLE) ser topiony 25g(MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna margaryna 10g (MLE) bułka pszenna 100g(GLU PSZ) mielonka 40g (SOJ, MLE) ser topiony 25g(MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) margaryna 10g (MLE) chleb pszenny 50g(GLU PSZ) chleb graham 30g(GLU PSZ, GLU ZYT) szynka z indyka 40g (SOJ, MLE) ser topiony 25g(MLE) Sałata lodowa 20g pomidor 60g	Herbata czarna 250ml Owsianka górską 350ml(GLU OW, MLE) Weka pszenna 100g(GLU PSZ) Margaryna 10g (MLE) Mielonka 40g (SOJ, MLE) Paszтет z selera 50g(SEL, JAJ, GLU PSZ) Sałata lodowa 20g Pomidor 60g	Herbata czarna zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka parzona 40g (SOJ) ser twarogowy 70g(MLE) Sałata lodowa 20g pomidor bez skóry 60g	Herbata czarna zupa mleczna z kaszą manną 350ml(GLU PSZ, MLE) margaryna 10g (MLE) weka pszenna 100g(GLU PSZ) szynka parzona 40g (SOJ) ser twarogowy 70g(MLE) Sałata lodowa 20g pomidor bez skóry 60g
PÓŻNA KOLACJA	Jogurt naturalny z owocowym musli 1 szt.(MLE, GLU OW)	Jogurt naturalny z owocowym musli 1 szt.(MLE, GLU OW)	Jogurt naturalny z owocowym musli 1 szt.(MLE, GLU OW)	Serek homogenizowany 1 szt.(MLE)	Jogurt naturalny 1 szt.(MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)
	Energia: 2516 kcal Białko ogółem: 102.69 g Tłuszcz: 60.32 g Węglowodany ogółem: 406.39 g Sól: 6,08 g Błonnik: 38.24g Tn: 29,49g Cukry: 77,91g	Energia: 2625 kcal Białko ogółem: 118.41 g Tłuszcz: 62.42 g Węglowodany ogółem: 414.18 g Sól: 8,51 g Błonnik: 38.25g Tn: 26,1g Cukry: 92,05g	Energia: 2196 kcal Białko ogółem: 112.42 g Tłuszcz: 63.42 g Węglowodany ogółem: 311.97 g Sól: 5.82 g Błonnik: 40.79g Tn: 26,53g Cukry: 95,09g	Energia: 1991 kcal Białko ogółem: 78,5 g Tłuszcz: 60,45g Węglowodany ogółem: 295,86g Sól: 4,76g Błonnik: 23,46g Tn: 32,09 g Cukry: 81,47g	Energia: 2073 kcal Białko ogółem: 88,58 g Tłuszcz: 47,06g Węglowodany ogółem: 334,89g Sól: 5,25g Błonnik: 22,13g Tn: 17,26 g Cukry: 85,61g	Energia: 1916 kcal Białko ogółem: 82,13 g Tłuszcz: 45,31 g Węglowodany ogółem: 304,99 g Sól: 5,04 g Błonnik: 20g Tn: 14,37 g Cukry: 80,3g

WTOREK – 02.01.2024			
	Dieta do sondy	Dieta płynna - kleikowa	Dieta płynna (kolonoskopia) buliony
ŚNIADANIE	Płynna mleczna 500g (MLE)	Kleik ryżowy 400g (MLE) Suchary 30g (GLU PSZE, SOJ, MLE) Herbata czarna 250ml	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
II ŚNIADANIE	Płynna mięsna 500g (SEL, SOJ, GLU JĘCZ)	Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZE, SOJ, MLE)	
OBIAD	Płynna mleczna 500g (MLE)	Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZE, SOJ, MLE) Kleik z kaszy manny na mleku 250ml (MLE, GLU PSZE)	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
KOLACJA	Płynna mięsna 500g (SEL, GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZE, SOJ, MLE) Kleik ryżowy 400g (MLE)	Bulion rosółowy 400ml (SEL) Herbata czarna 250ml
PÓŻNA KOLACJA		Herbata czarna 250ml Suchary 30g (GLU PSZE, SOJ, MLE)	
	Energia: 1974 kcal Białko ogółem: 89,45g Tłuszcz: 73,48g Węglowodany ogółem: 249,11g Sól: 1,69g Błonnik: 16,65g Tn: 23,49g Cukry: 123,54g	Energia: 1462 kcal Białko ogółem: 32,4g Tłuszcz: 12,65g Węglowodany ogółem: 303,95g Sól: 0,47g Błonnik: 2,3g Tn: 2,06g Cukry: 6,3g	Energia: 60kcal Białko ogółem: 5,43g Tłuszcz: 1,44g Węglowodany ogółem: 7,44g Sól: 0,21g Błonnik: 0g Tn: 0,36g Cukry: 0g