Jadłospisy za okres od dnia 30.07. 2026 do dnia 08.08. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-07-30 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, MLE, GLU, PSZ, JAJ***) Nuggetsy z kurczaka z pieca w płatkach kukurydzianych 100 g (***GLU, PSZ, JAJ***) Ziemniaki gotowane 250 g Brokuły gotowane 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa z pomidorowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL, MLE***) Filet z kurczaka mielony 100g Sos pietruszkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Brokuły gotowane miel. 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Twaróg 70g (***MLE***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Twaróg miel. 70g (***MLE***) Szynka drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 2170,88 kcal; B: 117,11 g; T: 64,01 g; W: 301,69 g Kw. tł. nasy.: 15,51 g; Bł.: 25,11 g; Sól: 5,45 g;	E: 2100,40 kcal; B: 118,9 g; T: 61,00 g; W: 281,69 g Kw. tł. nasy.: 20,41 g; Bł.: 25,71 g; Sól: 5,05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 30.07. 2026 do dnia 08.08. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-07-31 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Ryżanka z ziemniakami 400 ml (***SEL,***) Filet z miruny w panierce z pieca 100g (***RYB, PSZ, GLU***) Sos koperkowy 150ml (***MLE***) Ziemniaki gotowane 250g Bukiet warzyw gotowany 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Ryżanka z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL,***) Filet z miruny pieczony mielony 100g (***RYB***) Sos koperkowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Bukiet warzyw gotowany mielony 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Ser twarogowy 70 g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wiejska miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Ser twarogowy miel. 70 g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Budyń 200g (***MLE,***)	Budyń 200g (***MLE,***)
		E: 2296,11 kcal; B: 116,00 g; T: 73,96 g; W: 309,8 g Kw. tł. nasy.: 15,90 g; Bł.: 27,01 g; Sól: 4,89 g;	E: 2332,88 kcal; B: 116,00 g; T: 77,26 g; W: 308,18 g Kw. tł. nasy.: 24,71 g; Bł.: 27,11 g; Sól: 4,90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 30.07. 2026 do dnia 08.08. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-08-01 sobota	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***) Szynkowa z piersi kurczaka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Twaróg miel. 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym 400 ml (***SEL,MLE,***) Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jaglana 250g Fasolka szparagowa 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa z cukinii na wywarze warzywnym przetarta 400 ml (***SEL,MLE,***) Mięso gotowane mielone 100g Sos własny 150ml (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Fasolka szparagowa mielona 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałata 10g Pomidor b/skóry 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got mielone 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Kisiel 200g	Kisiel 200g
		E: 2027,33 kcal; B: 99,12 g; T: 61,44 g; W: 288,06 g Kw. tł. nasy.: 13,01 g; Bł.: 27,52 g; Sól: 5,30 g;	E: 2057,3 kcal; B: 101,42 g; T: 63,14 g; W: 280,16 g Kw. tł. nasy.: 22,01 g; Bł.: 26,42 g; Sól: 5,33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 30.07. 2026 do dnia 08.08. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-08-02 niedziela	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z brokuła 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Pasta z brokuła 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (***SEL,MLE, GLU, PSZ***) Kotlet mielony pieczony 100g (***GLU, JAJ, PSZ***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło 100g (***MLE, GLU, PSZ***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL,MLE,***) Mięso mielone 100g Ziemniaki gotowane 250g Marchewka na ciepło mielona 100g (***MLE, GLU, PSZ***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka gotowana 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka gotowana miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa gotowane mielone 80 g 6666Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)	Nocna owsianka 100g (***MLE,***)
		E: 2180,03 kcal; B: 121,02 g; T: 66,09 g; W: 287,19 g Kw. tł. nasy.: 15,80 g; Bł.: 25,04 g; Sól: 5,03 g;	E: 2164,91 kcal; B: 123,02 g; T: 69,88 g; W: 277,14 g Kw. tł. nasy.: 22,02 g; Bł.: 25,04 g; Sól: 5,00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 30.07. 2026 do dnia 08.08. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki gryczane na mleku 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy naturalny 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki gryczane na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy naturalny 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***SEL, GLU, PSZ, MLE***) Pulpety wieprzowe 100g (***GLU, PSZ,***) Sos koperkowy 150ml (***GLU, PSZ, MLE,***) Kasza jęczmienna 250g (***GLU,***) Fasolka szparagowa 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa pomidorowa z ziemniakami przetarta 400 ml (***SEL, MLE,***) Mięso gotowane mielone 100g Sos koperkowy 150ml (***GLU, PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Fasolka szparagowa miel. 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka 30g (***SOJ, GOR,***) Ser biały 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Sałata 10g Pomidor b/skóry 70 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Ser biały miel. 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)
		E: 2005,2 kcal; B: 99,8 g; T: 58,1 g; W: 278,6 g Kw. tł. nasy.: 14,9 g; Bł.: 24,2 g; Sól: 5,01 g;	E: 2022,21 kcal; B: 98,9 g; T: 62,2 g; W: 268,6 g Kw. tł. nasy.: 21,8 g; Bł.: 25,2 g; Sól: 5,01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 30.07. 2026 do dnia 08.08. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Wędlina drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. mielone 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa warzywna 400 ml (***SEL, MLE***) Bitka wieprzowa duszona 100g w sosie warzywnym (***GLU, PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250g Brokuły gotowane 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa warzywna przetarta 400 ml (***SEL, MLE***) Bitka wieprzowa duszona mielona 100g w sosie warzywnym (***GLU, PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250g Brokuły gotowane miel.100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Ser biały 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka miel 30g (***SOJ, GOR,***) Ser biały miel. 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Kisiel 200g	Kisiel 200g
		E: 2030,43 kcal; B: 115,08 g; T: 51,92 g; W: 265,14 g Kw. tł. nasy.: 15,60 g; Bł.: 24,23 g; Sól: 5,06 g;	E: 2070,03 kcal; B: 120,48 g; T: 55,02 g; W: 281,84 g Kw. tł. nasy.: 21,30 g; Bł.: 26,53 g; Sól: 5,06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 30.07. 2026 do dnia 08.08. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-08-05 środa	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***) Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa koperkowa 400 ml (***SEL,***) Gulasz drobiowy duszony z marchewką 200g Makaron pszenny 250g (***GLU, PSZ,***) Bukiet warzyw gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa koperkowa przetarta 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie 200g (***MLE, GLU***) Ziemniaki gotowane miel. 250g Bukiet warzyw gotowany miel. 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek homogenizowany naturalny 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Pieczona owsianka 100g (***MLE,***)	Pieczona owsianka 100g (***MLE,***)
		E: 2244,32 kcal; B: 107,8 g; T: 69,7 g; W: 306,7 g Kw. tł. nasy.: 16,91 g; Bł.: 26,80 g; Sól: 5,38 g;	E: 2240,2 kcal; B: 107,8 g; T: 72,7 g; W: 287,17 g Kw. tł. nasy.: 23,1 g; Bł.: 25,12 g; Sól: 5,38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 30.07. 2026 do dnia 08.08. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek z koperkiem 70g (***MLE***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Kasza manna na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Szynka wiejska miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Twarożek z koperkiem 70g (***MLE***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Barszcz ukraiński 400 ml (***SEL,***) Pieczona pierś z kurczaka 100g Sos jogurtowo-ziołowy 150ml (***MLE, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Barszcz ukraiński przetarty 400 ml (***SEL,***) Pieczona pierś z kurczaka mielona100g Sos jogurtowo-ziołowy 150ml (***MLE, PSZ, GLU***) Ziemniaki gotowane 250g Kalafior gotowany miel. 100g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Wędlina z indyka 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka wieprzowa (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Wędlina z indyka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka wieprzowa miel. (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)	Budyń 200g (***MLE, JAJ***)
		E: 2045,02 kcal; B: 105,15 g; T: 59,29 g; W: 255,88 g Kw. tł. nasy.: 14,03 g; Bł.: 23,72 g; Sól: 5,08 g;	E: 2087,77 kcal; B: 109,10 g; T: 62,06 g; W: 275,81 g Kw. tł. nasy.: 21,00 g; Bł.: 25,72 g; Sól: 5,6 g;

Jadłospisy za okres od dnia 30.07. 2026 do dnia 08.08. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 400 ml (***MLE, GLU***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki jaglane na mleku przetarte 400 ml (***MLE,***) Wędlina drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Jabłko pieczone 150g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa jarzynowa 400 ml (***SEL,***) Miruna pieczona 100 g (***RYB,***) Sos jogurtowo-cytrynowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Mix warzyw gotowanych 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa jarzynowa przetarta 400 ml (***SEL,***) Miruna pieczona przetarta100 g (***RYB,***) Sos jogurtowo-cytrynowy (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250 g Mix warzyw gotowanych miel. 100 g Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Polędwica sopocka 30g (***SOJ, GOR,***) Wędlina drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Jajko got. miel. 1szt. (***JAJ,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)	Koktajl owocowy 150g (***MLE,***)
		E: 2208,3 kcal; B: 113,9 g; T: 70,55g; W: 297,0 g Kw. tł. nasy.: 16,4 g; Bł.: 26,6 g; Sól: 5,99 g;	E: 2248,3 kcal; B: 123,3 g; T: 73,55g; W: 297,4 g Kw. tł. nasy.: 23,4 g; Bł.: 25,6 g; Sól: 5,99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 30.07. 2026 do dnia 08.08. 2026

		Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta Papkowata
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa 30g (***SOJ, GOR,***) Ser biały 70g (***MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Płatki ryżowe na mleku mielone 400 ml (***MLE,***) Szynka drobiowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Ser biały miel. 70g (***MLE,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	II Śn		
	Obiad	Zupa ziemniaczana 400 ml (***SEL,***) Ryż zapiekany (250g) z warzywami Filet z kurczaka 100g w sosie koperkowym 150ml (***MLE,***) Marchewka gotowana 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g	Zupa ziemniaczana przetarta 400 ml (***SEL,***) Filet z kurczaka mielony 100g w sosie koperkowym 150ml (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 250g Marchewka gotowana miel. 100g (***MLE,***) Kompot b/c 350 ml Cukier 5g
	PD		
	Kolacja	Szynka wieprzowa 30g (***SOJ, GOR,***) Sałatka warzywna dieta 70g (***SEL, MLE,***) Masło roślinne 10g Bułka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Pomidor b/skóry 70 g Sałata 10g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g	Polędwica sopocka miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Szynka wieprzowa miel. 30g (***SOJ, GOR,***) Masło extra 82% 10g (***MLE***) Bulka pszenna 90 g (***GLU, PSZ,***) Warzywa got. mielone 80 g Herbata b/c 350 ml Cukier 5g
	PN	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150g (***MLE,***)
		E: 1990,64 kcal; B: 106,16 g; T: 54,11 g; W: 270,7 g Kw. tł. nasy.:14,91 g; Bł.: 24,02 g; Sól: 5,13 g;	E: 1970,88 kcal; B: 101,16 g; T: 56,11 g; W: 250,66 g Kw. tł. nasy.:22,21 g; Bł.: 24,11 g; Sól: 5,1 g;