

21.01.2024r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Parówka na ciepło 1 szt. Wędlina 50g. Serek Fromage 20g. (7) Ketchup (9) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Parówka drobiowa na ciepło 1 szt. Wędlina 50g. Serek Fromage 20g. (7) Ketchup (9) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Parówka drobiowa na ciepło 1 szt. Wędlina 50g. Serek Fromage 20g. (7) Ketchup (9) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Parówka drobiowa na ciepło 1 szt. Wędlina 70g. Serek Fromage 20g. (7) Ketchup (9) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Parówka drobiowa na ciepło 1 szt. Wędlina 50g. Serek Fromage 20g. (7) Ketchup (9) Sałata

II śniadanie cukrzycowe – Jogurt naturalny 1 szt. (7)

Obiad

Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka z groszkiem 200g. Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ryż 200g. (1) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka z groszkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.
--	---	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy- Biskopiy bez cukru (1,3)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Hochland 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 70g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.
--	--	---	---	---

II kolacja: Kasza manna z prażonym jabłkiem (1,7), Dieta cukrzycowa: Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt. (7,1).

Energia : 2229.54 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 88.89 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; Witamina C: 53.13 mg; Wapń: 682.15 mg; Sód: 3675.56 mg; Żelazo: 15.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 432.44 mg; Błonnik pokarmowy: 18.41 g;

22.01.2024r. Poniedziałek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 50g. (7) Wędlina 20g. Dżem 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata

II śniadanie cukrzycowe-Suchary (1)

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe w sosie serowo-ziołowym 130g/100g. (1,3,7) Makaron 200g. (1,3) Surówka z marchewki 150g.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe w sosie ziołowym 130g/100g. (1,3) Makaron 200g. (1,3) Marchew gotowana 150g.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe w sosie ziołowym 130g/100g. (1,3) Makaron 200g. (1,3) Surówka z marchewki 150g.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe w sosie ziołowym 130g/100g. (1,3) Makaron 200g. (1,3) Marchew gotowana 150g.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe w sosie ziołowym 130g/100g. (1,3) Makaron 200g. (1,3) Marchew gotowana 150g.
Kompot 250ml.	Kompot 250ml.	Kompot b/cukru 250ml.	Kompot 250ml.	Kompot 250ml.

Podwieczerek cukrzycowy – Sok warzywno-owocowy (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 50g. (9) Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 50g. (9) Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 50g. (9) Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 50g. (9) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 20g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 50g. (9) Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	---	---	--	--

II Kolacja: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1szt.

Dieta cukrzycowa: Maślanka 200ml (7).

Energia : 2086.59 kcal; Białko ogółem: 63.76 g; Tłuszcz: 88.43 g; Węglowodany ogółem: 282.86 g; Witamina C: 188.54 mg; Wapń: 646.11 mg; Sód: 8200.63 mg; Żelazo: 14.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.41 g; Cholesterol: 221.55 mg; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

23.01.2024r. Wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 20g. (7) Wędlina 70g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata

II śniadanie cukrzycowe- Biskopki b/z cukru (1,3)

Obiad

Rosolnik 300ml. (9) Kotlet schabowy 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot 250ml	Rosolnik 300ml. (9) Schab duszony w sosie 130g/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 150g. (9) Kompot 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Schab duszony w sosie 130g/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot b/z cukru 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Schab duszony w sosie 130g/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 150g. (9) Kompot 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Schab duszony w sosie 130g/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 150g. (9) Kompot 250ml.
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Kasza manna b/z cukru (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 100g. (3) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (3) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (3) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (3) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałatka ryżowa z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	--	---	---

II Kolacja: Kisiel truskawkowy

Dieta cukrzycowa: Kisiel truskawkowy b/z cukru

Energia : 2171.14 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 94.49 g; Węglowodany ogółem: 266.81 g; Witamina C: 56.31 mg; Wapń: 593.83 mg; Sód: 3418.25 mg; Żelazo: 15.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.2 g; Cholesterol: 291.74 mg; Błonnik pokarmowy: 22.84 g

24.01.2024r. Środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek z rzodkiewką 70g. (7)	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek z rzodkiewką 70g. (7)	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Suchary (1)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Naleśniki z kapustą i pieczarkami 300g. (1,3) Sos pieczarkowy 100g. (1,7)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Leczo mięsno-warzywne 300g. (9) Makaron 200g. (1,3)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Leczo mięsno-warzywne 300g. (9) Makaron 200g. (1,3)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Leczo mięsno-warzywne 300g. (9) Makaron 200g. (1,3)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Leczo mięsno-warzywne 300g. (9) Makaron 200g. (1,3)
Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot b/z cukru 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka ziemniaczana 100g. (3,9) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka ziemniaczana b/z majonezu 100g. (3,9) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka ziemniaczana b/z majonezu 100g. (3,9) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Wędlina 20g. Sałatka ziemniaczana b/z majonezu 100g. (3,9) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka konserwowa 50g. Sałatka ziemniaczana b/z majonezu i b/z groszku 100g. (9) Sałata
---	--	--	---	--

II kolacja: Kefir 200ml (7)

Energia : 2080.77 kcal; Białko ogółem: 68.00 g; Tłuszcz: 87.27 g; Węglowodany ogółem: 276.66 g; Witamina C: 65.13 mg; Wapń: 696.22 mg; Sód: 2806.21 mg; Żelazo: 7.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Cholesterol: 139.41 mg; Błonnik pokarmowy: 22.01 g

25.01.2024r. Czwartek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,3) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,3) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek biały 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,3) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek biały 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,3) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek biały 50g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,3) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek biały 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata

II śniadanie cukrzycowe- Jogurt naturalny (7)

Obiad

Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130g/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g.	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 130g/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 150g.	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 130g/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g.	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 130g/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 150g.	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 130g/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 150g.
Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml b/z cukru	Kompot 250ml	Kompot 250ml

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Salceson biały z indyka 50g. Serek Hochland 20g. (7) Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Pomidor b/z skórki 70g Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Salceson biały z indyka 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Pomidor b/z skórki 70g Wędlina 70g. Serek kanapkowy 20g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Pomidor b/z skórki 70g Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7)
---	--	---	---	---

II kolacja: Sok pomidorowy 0,2l-100% tłoczony

Energia : 2229.54 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 88.89 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; Witamina C: 53.13 mg; Wapń: 682.15 mg; Sód: 3675.56 mg; Żelazo: 9.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 718.44 mg; Błonnik pokarmowy: 16.41 g

26.01.2024r. Piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 50g. (7) Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 50g. (7) Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 50g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 20g. Ser twarogowy 50g. (7) Dżem 20g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 50g. (7) Dżem 20g.

II śniadanie cukrzycowe - Owoc

Obiad

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Filet rybny smażony 130g. (1,3,4) Ziemniaki 250g. Surówka z kiszonej kapusty 150g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Filet rybny gotowany z warzywami 130g. (4,9) Ziemniaki 250g. Sos cytrynowy 100g. (1,7) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Filet rybny gotowany z warzywami 130g. (4,9) Ziemniaki 250g. Sos cytrynowy 100g. (1,7) Surówka z kiszonej kapusty 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Filet rybny gotowany z warzywami 130g. (4,9) Ziemniaki 250g. Sos cytrynowy 100g. (1,7) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Filet rybny gotowany z warzywami 130g. (4,9) Ziemniaki 250g. Sos cytrynowy 100g. (1,7) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
---	---	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z pietruszką 100g. (3) Serek Fromage 20g. (7) Papryka 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z pietruszką b/z majonezu 100g. (3) Serek Fromage 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z pietruszką b/z majonezu 100g. (3) Serek Fromage 20g. (7) Papryka 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 20g. Sałatka jajeczna z pietruszką b/z majonezu 100g. (3) Serek Fromage 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek Fromage 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	--	---	---	---

II kolacja: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany. Dieta cukrzycowa: Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 0,5 szt. (7,1).

Energia : 2308.74 kcal; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 91.37 g; Węglowodany ogółem: 310.24 g; Witamina C: 89.95 mg; Wapń: 959.60 mg; Sód: 8364.35 mg; Żelazo: 9.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Cholesterol: 426.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.27 g

27.01.2024r. Sobota

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa 250ml. (1,3) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Kawa zbożowa 250ml. (1,3) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Kawa zbożowa 250ml. (1,3) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Kawa zbożowa 250ml. (1,3) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 20g. (7) Wędlina 70g. Sałata	Kawa zbożowa 250ml. (1,3) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata

II śniadanie cukrzycowe- Biskopki b/cukru (1,3)

Obiad

Zupa żurek 300ml. (1,7,9) Makaron z sosem mięsny 250g. (1,3) Owoc	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Makaron z sosem mięsny 250g. (1,3) Owoc	Zupa żurek 300ml. (1,7,9) Makaron z sosem mięsny 250g. (1,3) Owoc	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Makaron z sosem mięsny 250g. (1,3) Owoc	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Makaron z sosem mięsny 250g. (1,3) Jabłko pieczone
Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot b/c 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml

Podwieczerek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 1 szt. Ketchup (9) Sałatka warzywna 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 1 szt. Ketchup (9) Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 1 szt. Ketchup (9) Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 1 szt. Ketchup (9) Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 1 szt. Ketchup (9) Sałatka warzywna b/z majonezu i b/z groszku 100g. (9)
--	---	---	--	--

II kolacja: Budyń o smaku waniliowym b/z cukru 200ml (7).

Energia : 2281.35 kcal; Białko ogółem: 64.50 g; Tłuszcz: 81.85 g; Węglowodany ogółem: 341.87 g; Witamina C: 93.80 mg; Wapń: 643.69 mg; Sód: 2593.23 mg; Żelazo: 7.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.10 g; Cholesterol: 163.08 mg; Błonnik pokarmowy: 22.63 g

28.01.2024r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Majonez (3) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 70g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek kanapowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – pieczywo chrupkie (1)

Obiad

Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (9) Ryż 200g.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (9) Ryż 200g.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (9) Ryż 200g.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (9) Ryż 200g.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (9) Ryż 200g.
Kompot 250ml.	Kompot 250ml.	Kompot b/c 250ml.	Kompot 250ml.	Kompot 250ml

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Salami wieprzowe 20g. Wędlina 50g. Ogórek konserwowy 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kiri 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Salami wieprzowe 20g. Wędlina 50g. Ogórek konserwowy 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Serek kiri 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kiri 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	---	---

II kolacja: Koktajl owocowy 200ml (7).

Dieta cukrzycowa: Jogurt naturalny 150g. (7)

Wartości odżywcze: Energia : 2122.2 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz: 93.13 g; Węglowodany ogółem: 260.68 g; Witamina C: 85.62 mg; Wapń: 823.97 mg; Sód: 2851.96 mg; Żelazo: 10.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.18 g; Cholesterol: 231.72 mg; Błonnik pokarmowy: 20.26g

29.01.2024r. Poniedziałek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 20g. Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata

II śniadanie cukrzycowe- Kisiel z jabłkami (1)

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet mielony z cebulą 130g (1,3) Ziemniaki 250g. Kapusta kiszona gotowana 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Zrazik wieprzowy 130g. (1,3) Sos mleczny 100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Zrazik wieprzowy 130g. (1,3) Sos mleczny 100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Kapusta kiszona gotowana 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Zrazik wieprzowy 130g. (1,3) Sos mleczny 100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Zrazik wieprzowy 130g. (1,3) Sos mleczny 100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 150g. Kompot 250ml
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy–Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek Hochland 20g. (7) Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	---	--	--

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Cukrzyca: Jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2129.54 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 93.89 g; Węglowodany ogółem: 320.02 g; Witamina C: 54.13 mg; Wapń: 782.15 mg; Sód: 3472.56 mg; Żelazo: 9.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 318.44 mg; Błonnik pokarmowy: 14.41

30.01.2024r. Wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser żółty 20g (7) Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser Fromage 20g (7) Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser Fromage 20g (7) Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Ser Fromage 20g (7) Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser Fromage 20g (7) Sałata

II śniadanie cukrzycowe – Sok warzywny (9)

Obiad

Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pierś duszona w sosie serowo-ziółowym 130g/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pierś duszona w sosie ziółowym 130g/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pierś duszona w sosie ziółowym 130g/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pierś duszona w sosie ziółowym 130g/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pierś duszona w sosie ziółowym 130g/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml.
---	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo ryżowe

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałata lodowa z serem feta 100g. (7) Wędlina 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałata lodowa z pomidorem b/z skórki 100g. (7) Wędlina 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałata lodowa z serem feta 100g. (7) Wędlina 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałata lodowa z pomidorem b/z skórki 100g. (7) Wędlina 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałata lodowa z pomidorem b/z skórki 100g. (7) Wędlina 50g.
--	--	--	---	---

II Kolacja: Serek homogenizowany owocowy 150g. (7)

Cukrzyca: Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Wartości odżywcze: Energia : 2131.54 kcal; Białko ogółem: 81.54 g; Tłuszcz: 92.31 g; Węglowodany ogółem: 259.99 g; Witamina C: 91.98 mg; Wapń: 831.54 mg; Sód: 2339.87mg; Żelazo: 12.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.25 g; Cholesterol: 226.88mg; Błonnik pokarmowy: 23.47g

31.01.2024r. Środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Twarożek z rzodkiewką 70g. (7) Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g. Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Twarożek z rzodkiewką 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 30g. Ser twarogowy 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g. Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g. Dżem 20g.

II śniadanie cukrzycowe – Owoc

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. Marchew gotowana 200g. Owoc Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. Marchew gotowana 200g. Owoc Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. Surówka z tartej marchewki 200g. Owoc Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. Marchew gotowana 200g. Owoc Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. Marchew gotowana 200g. Jabłko gotowane Kompot 250ml.
--	--	--	--	---

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo ryżowe

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Paszтет zapiekany 20g. Wędlina 50g. Ogórek kiszony 1 szt.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kiri 20g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Paszтет zapiekany 20g. Wędlina 50g. Ogórek kiszony 1 szt.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kiri 20g. (7) Wędlina 70g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kiri 20g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	--

II Kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Wartości odżywcze: Energia : 2119.41 kcal; Białko ogółem: 69.31 g; Tłuszcz: 90.21 g; Węglowodany ogółem: 272.54 g; Witamina C: 82.31 mg; Wapń: 891.44 mg; Sód: 3241.85 mg; Żelazo: 21.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.51 g; Cholesterol: 267.81 mg; Błonnik pokarmowy: 23.61g

