

01.09.2025 poniedziałek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Paszтет zapiekany 70 g (1, 3, 7, 9) Ogórek konserwowy 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek konserwowy 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Rukola 20 g

II śniadanie cukrzyca: wafle ryżowe 30 g

Obiad

Zupa szpinakowa z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Gulasz wieprzowy 130/100 g (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Fasolka szparagowa gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Gulasz drobiowy 130/100 g (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Fasolka szparagowa gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Gulasz drobiowy 130/100 g (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Fasolka szparagowa gotowana 200 g Pomarańcza 1 szt. Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Gulasz drobiowy 130/100 g (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Fasolka szparagowa gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Gulasz drobiowy 130/100 g (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Jarzyny z wody 200 g Kompot owocowy 250 ml
---	--	---	--	---

Podwieczorek cukrzyca: ciastka „fit” bez dodatku cukru 50 g (1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Roszponka 20 g
---	---	--	---	--

II kolacja: jogurt owocowy 100 ml (7), cukrzyca: jogurt naturalny 100 ml (7)

mgr Katarzyna Kociuba

Dietetyk

02.09.2025 wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 20 g (3, 10) Ogórek zielony 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Ogórek zielony 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z białka jaja 70 g (3) Pomidor bez skórki 70 g Mix sałat 20 g

II śniadanie cukrzyca: twarożek ziołowy 100 g (7)

Obiad

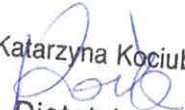
Zupa grochowa z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Makaron gotowany 200 g (1) Serek waniliowy na słodko 120 g (7) Sos truskawkowy 150 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczana z zieleciną 300 ml (9) Makaron gotowany 200 g (1) Serek waniliowy na słodko 120 g (7) Sos truskawkowy 150 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Makaron razowy gotowany 200 g (1) Serek waniliowy 120 g (7) Sos truskawkowy 150 g Kiwi 1 szt. Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ziemniaczana z zieleciną 300 ml (9) Makaron gotowany 200 g (1) Serek waniliowy na słodko 120 g (7) Sos truskawkowy 150 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczana z zieleciną 300 ml (9) Makaron gotowany 200 g (1) Serek waniliowy na słodko 120 g (7) Sos truskawkowy 150 g Kompot owocowy 250 ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzyca: Kanapka z pieczywa razowego z masłem, wędliną drobiową, mix sałat i ogórkiem

Kolacja

Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z pomidora, roszponką z siemieniem lnianym 100 g	Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z pomidora, roszponką z zieleciną 100 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z pomidora, roszponką z siemieniem lnianym 100 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z pomidora, roszponką z zieleciną 100 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Roszponka 20 g
---	--	--	--	--

II kolacja: nektarynka 1 szt.

mgr Katarzyna Kociuba

Dietetyk

03.09.2025 środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kawa rozpuszczalna 250 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Filet drobiowy zapiekany – wędlina 50 g (7) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna 250 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Filet drobiowy zapiekany – wędlina 50 g (7) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Filet drobiowy zapiekany – wędlina 50 g (7) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna 250 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Filet drobiowy zapiekany – wędlina 70 g (7) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna 250 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Filet drobiowy zapiekany – wędlina 50 g (7) Pomidor bez skórki 70 g Rukola 20 g

II śniadanie cukrzyca: jogurt naturalny 100 ml (7)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami i natką pietruszki (9) Filet drobiowy panierowany z mięsa mielonego 130 g Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka z groszkiem gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami i natką pietruszki (9) Filet drobiowy duszony 130 g Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami i natką pietruszki (9) Filet drobiowy duszony 130 g Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka z groszkiem gotowana 200 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami i natką pietruszki (9) Filet drobiowy duszony 130 g Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami i natką pietruszki (9) Filet drobiowy gotowany 130 g Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml
--	--	---	--	---

Podwieczorek cukrzyca: biszkopty bez dodatku cukru 30 g (1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta brokułowo-twarogowa 100 g (7, 9) Pomidor 70 g	Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta brokułowo-twarogowa 100 g (7, 9) Pomidor 70 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta brokułowo-twarogowa 100 g (7, 9) Pomidor 70 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta brokułowo-twarogowa 100 g (7, 9) Szynka drobiowa 30 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 8) Ser biały 30 g (7) Pomidor bez skórki 70 g
--	--	---	---	--

II kolacja: banan 1 szt., cukrzyca: pomarańcza 1 szt.

mgr Katarzyna Kociuba
Dietetyk

04.09.2025 czwartek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z makaronem 300 ml (1, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Ser topiony 50 g (7) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z makaronem 300 ml (1, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z makaronem 300 ml (1, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z makaronem 300 ml (1, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Mix sałat 20 g

II śniadanie cukrzyca: sok pomidorowy 200 ml

Obiad

Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Kotlet mielony wieprzowy, pieczony 130 g (1, 3, 7, 9) Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (1) Surówka z białej kapusty 150 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Kotlet mielony drobiowy, duszony 130 g (1, 3, 7, 9) Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (1) Bukiet warzyw gotowany 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Kotlet mielony drobiowy, duszony 130 g (1, 3, 7, 9) Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (1) Bukiet warzyw gotowany 200 g Surówka z białej kapusty 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Kotlet mielony drobiowy, duszony 130 g (1, 3, 7, 9) Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (1) Bukiet warzyw gotowany 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i zieleciną 300 ml (9) Kotlet mielony drobiowy, gotowany 130 g (1, 3, 7, 9) Sos mleczny ziołowy 100 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Seler gotowany 200 g (9) Kompot owocowy 250 ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzyca: arbuz 150 g

Kolacja

Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z ogórka, papryki i cebuli 100 g	Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z ogórka, papryki i cebuli 100 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Rukola 20 g
---	--	--	--	---

II kolacja: kisiel z owocami 150 ml, cukrzyca: kisiel z owocami bez cukru 150 ml

mgr Katarzyna Kociuba
Dietetyk

05.09.2025 piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (1, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 20 g (3, 10) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (1, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (1, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (1, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z białka jaja 70 g (3, 10) Pomidor bez skórki 70 g Rukola 20 g

II śniadanie cukrzyca: kiwi 1 szt.

Obiad

Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i zieleciną 300 ml (1, 9) Ryba duszona 130 g Sos cytrynowy (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka z groszkiem gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i zieleciną 300 ml (1, 9) Ryba duszona 130 g Sos cytrynowy (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i zieleciną 300 ml (1, 9) Ryba duszona 130 g Sos cytrynowy (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka z groszkiem gotowana 200 g Brokuł gotowany 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i zieleciną 300 ml (1, 9) Ryba duszona 130 g Sos cytrynowy (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa koperkowa z zieleciną 300 ml (9) Ryba gotowana 130 g Sos cytrynowy (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchewka gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml
---	---	--	---	--

Podwieczorek cukrzyca: kanapka z masłem, wędliną drobiową, rukolą i papryką konserwową

Kolacja

Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek zielony 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek zielony 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Roszponka 20 g
--	---	---	---	--

II kolacja: jogurt owocowy 100 ml (7), cukrzyca: jogurt naturalny 100 ml (7)

mgr Katarzyna Kociuba
Dietetyk

06.09.2025 sobota

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek 70 g Mix sałat 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek 70 g Mix sałat 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Mix sałat 20 g

II śniadanie cukrzyca: mus warzywno – owocowy bez dodatku cukru 1 szt.

Obiad

Zupa dyniowa z kluseczkami i zieleniną 300 ml (9) Sos boloński z mięsa drobiowego, z włoszczyzną i zielonym groszkiem 130/100 g (9) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z kluseczkami i zieleniną 300 ml (9) Sos boloński z mięsa drobiowego, z włoszczyzną 130/100 g (9) Makaron gotowany 200 g (1) Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z kluseczkami i zieleniną 300 ml (9) Sos boloński z mięsa drobiowego, z włoszczyzną i zielonym groszkiem 130/100 g (9) Makaron razowy gotowany 200 g (1) Pomarańcza 1 szt. Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa dyniowa z kluseczkami i zieleniną 300 ml (9) Sos boloński z mięsa drobiowego, z włoszczyzną 130/100 g (9) Makaron gotowany 200 g (1) Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z kluseczkami i zieleniną 300 ml (9) Sos boloński z mięsa drobiowego, z włoszczyzną 130/100 g (9) Makaron gotowany 200 g (1) Kompot owocowy 250 ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzyca: jabłko 1 szt.

Kolacja

Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka wieprzowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Twarożek 30 g (7) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Rukola 20 g
---	--	---	---	---

II kolacja: twarożek owocowy 100 g (7), cukrzyca: twarożek ziołowy 100 g (7)

mgr Katarzyna Kociuba

Dietetyk

07.09.2025 niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kakao na mleku 250 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Kiełbasa śląska na ciepło 70 g (1, 6, 9, 10) Musztarda 20 g (10) Papryka konserwowa 70 g Mix sałat 20 g	Kakao na mleku 250 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Parówka drobiowa na ciepło 70 g (1, 3, 6, 7, 9, 10) Ketchup 20 g (9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Kakao na mleku 250 ml (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Parówka drobiowa na ciepło 70 g (1, 3, 6, 7, 9, 10) Ketchup 20 g (9) Papryka konserwowa 70 g Mix sałat 20 g	Kakao na mleku 250 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Parówka drobiowa na ciepło 70 g (1, 3, 6, 7, 9, 10) Ketchup 20 g (9) Ser biały 30 g (7) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Kakao na mleku 250 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Mix sałat 20 g

II śniadanie cukrzyca: sok pomidorowy 200 ml

Obiad

Zupa kalafiorowa z ziemniakami i zieloną 300 ml (9) Udko z kurczaka pieczone 130 g Sos naturalny jasny 100 ml Kasza pęczak gotowana na sypko 200 g (1) Surówka z buraczków gotowanych i ogórka kiszzonego 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i zieloną 300 ml (9) Udko z kurczaka duszone 130 g Sos naturalny jasny 100 ml Ziemniaki gotowane 250 g Buraczki gotowane wiórki 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i zieloną 300 ml (9) Udko z kurczaka duszone 130 g Sos naturalny jasny 100 ml Kasza pęczak gotowana na sypko 200 g (1) Surówka z buraczków gotowanych i ogórka kiszzonego 200 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i zieloną 300 ml (9) Udko z kurczaka duszone 130 g Sos naturalny jasny 100 ml Ziemniaki gotowane 250 g Buraczki gotowane wiórki 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczana z zieloną 300 ml (9) Udko z kurczaka duszone 130 g Sos mleczny koperkowy 100 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Buraczki gotowane wiórki 200 g Kompot owocowy 250 ml
--	---	--	---	--

Podwieczorek cukrzyca: ciastka „fit” bez dodatku cukru 50 g (1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Twarożek ziołowy 70 g (7) Ogórek zielony 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Twarożek ziołowy 70 g (7) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Twarożek ziołowy 70 g (7) Ogórek zielony 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Twarożek ziołowy 70 g (7) Szynka drobiowa 30 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Twarożek ziołowy 70 g (7) Pomidor bez skórki 70 g Roszponka 20 g
--	---	---	--	--

II kolacja: budyń śmietankowy 150 ml (1, 7), cukrzyca: budyń śmietankowy bez cukru 150 ml (1, 7)

mgr Katarzyna Kociuba
Dietetyk

08.09.2025 poniedziałek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Wędlina drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Rukola 20 g

II śniadanie cukrzyca: serek grani 100 g (7)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem i warzywami 300 ml (9) Gulasz drobiowy 130/100 (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z marchwi z zielenią 150 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i warzywami 300 ml (9) Gulasz drobiowy 130/100 (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z marchwi z zielenią 150 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym i warzywami 300 ml (9) Gulasz drobiowy 130/100 (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z marchwi z zielenią 150 g Brokuł gotowany 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i warzywami 300 ml (9) Gulasz drobiowy 130/100 (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z marchwi z zielenią 150 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i warzywami 300 ml (9) Gulasz drobiowy 130/100 (1, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Marchew gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzyca: kisiel z owocami bez cukru 150 ml

Kolacja

Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Ser topiony 50 g (7) Ogórek 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Mix sałat 20 g
---	---	---	---	--

II kolacja: jogurt owocowy 100 ml (7), cukrzyca: jogurt naturalny bez cukru 100 ml (7)

mgr Katarzyna Kociuba
Dietetyk

09.09.2025 wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta jajeczno-selerowa z zielenią 80 g (3, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta jajeczno-selerowa z zielenią 80 g (3, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta jajeczno-selerowa z zielenią 80 g (3, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta jajeczno-selerowa z zielenią 80 g (3, 9) Szynka drobiowa 30 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z białka jaja i selera 80 g (3, 9) Pomidor bez skórki 70 g Roszponka 20 g

II śniadanie cukrzyca: ciastka „fit” bez dodatku cukru 50 g (1, 3, 7)

Obiad

Zupa pieczarkowa z ziemniakami i zielenią 300 ml (9) Risotto mięsno-jarzynowe 450 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i zielenią 300 ml (9) Risotto mięsno-jarzynowe 450 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami i zielenią 300 ml (9) Risotto mięsno-jarzynowe z brązowym ryżem 450 g Jabłko 1 szt. Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i zielenią 300 ml (9) Risotto mięsno-jarzynowe 450 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami i zielenią 300 ml (9) Risotto mięsno-jarzynowe 450 g Kompot owocowy 250 ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzyca: kanapka z pieczywa razowego, z masłem, wędliną drobiową, ogórkiem kiszonym i roszką

Kolacja

Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka wieprzowa 50 g (1, 6, 7, 9) Papryka konserwowa 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Papryka konserwowa 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Mix sałat 20 g
---	---	---	---	--

II kolacja: banan 1 szt., cukrzyca: pomarańcza 1 szt.

mgr Katarzyna Kociuba

Dietetyk

10.09.2025 środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kawa rozpuszczalna 250 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek zielony 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna 250 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek zielony 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna 250 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna 250 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Rukola 20 g

II śniadanie cukrzyca: biszkopty bez dodatku cukru 30 g (1, 3, 7)

Obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakami i zieleniną, zabelana 300 ml (7, 9) Roladka drobiowa z warzywami 130 g (1, 3, 7, 9) Sos naturalny jasny 100 ml (1, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g Bukiet warzyw gotowany 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami i zieleniną 300 ml (9) Roladka drobiowa z warzywami 130 g (1, 3, 7, 9) Sos naturalny jasny 100 ml (1, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g Bukiet warzyw gotowany 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami i zieleniną, zabelana 300 ml (7, 9) Roladka drobiowa z warzywami 130 g (1, 3, 7, 9) Sos naturalny jasny 100 ml (1, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g Bukiet warzyw gotowany 200 g Fasolka szparagowa 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami i zieleniną 300 ml (9) Roladka drobiowa z warzywami 130 g (1, 3, 7, 9) Sos naturalny jasny 100 ml (1, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g Bukiet warzyw gotowany 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami i zieleniną 300 ml (9) Roladka drobiowa z warzywami 130 g (1, 3, 7, 9) Sos mleczny ziołowy 100 ml (1, 7, 9) Ziemniaki gotowane 250 g Dynia gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml
--	---	--	---	--

Podwieczorek cukrzyca: arbuz 150 g

Kolacja

Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z gotowanej soczewicy i marchwi 80 g (9, 10) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z gotowanej soczewicy i marchwi 80 g (9, 10) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z gotowanej soczewicy i marchwi 80 g (9, 10) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z gotowanej soczewicy i marchwi 80 g (9, 10) Wędlina drobiowa 30 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Roszponka 20 g	Herbata 250 ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta warzywno-twarogowa 80 g (7, 9) Pomidor bez skórki 70 g Roszponka 20 g
--	--	---	--	---

II kolacja: nektarynka 1 szt.

mgr Katarzyna Kociuba
Dietetyk