

## **11.11.2025r. Wtorek**

### **Śniadanie**

| Dieta podstawowa                                                                                                                                  | Dieta lekkostrawna                                                                                                                             | Dieta cukrzycowa                                                                                                                             | Dieta bogato białkowa                                                                                                                         | Dieta wątrobowa                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Ser żółty 50g. (7)<br>Wędlina 20g.<br>Ogórek zielony 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Ser twarogowy 70g. (7)<br>Wędlina 20g.<br>Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Ser twarogowy 70g. (7)<br>Wędlina 20g.<br>Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Ser twarogowy 70g. (7)<br>Wędlina 20g.<br>Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Ser twarogowy 70g. (7)<br>Wędlina 20g.<br>Pomidor b/z skórki 70g. |

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

### **Obiad**

|                                                                                                                                    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9)<br>Kotlet schabowy 130g. (1,3)<br>Ziemniaki 250g.<br>Surówka z selera 150g. (9)<br><br>Kompot 250ml. | Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9)<br>Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1,3)<br>Ziemniaki 250g.<br>Marchew gotowana 200g.<br>Kompot 250ml. | Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9)<br>Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1,3)<br>Ziemniaki 250g.<br>Surówka z selera 150g. (9)<br><br>Kompot b/z cukru 250ml. | Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9)<br>Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1,3)<br>Ziemniaki 250g.<br>Marchew gotowana 200g.<br>Kompot 250ml. | Zupa rosolnik 300ml. (1,7,9)<br>Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1,3)<br>Ziemniaki 250g.<br>Marchew gotowana 200g.<br>Kompot 250ml. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Podwieczerek cukrzycowy- Jogurt naturalny 150g. (7)

### **Kolacja**

|                                                                                                                                             |                                                                                                                                   |                                                                                                                                            |                                                                                                                                             |                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Wędlina 50g.<br>Ser topiony 20g. (7)<br>Sałatka z buraka z ogórkiem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Ser kanapkowy 20g. (7)<br>Sałatka z buraka 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Ser kanapkowy 20g. (7)<br>Sałatka z buraka z ogórkiem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 70g.<br>Ser kanapkowy 20g. (7)<br>Sałatka z buraka z ogórkiem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Ser kanapkowy 20g. (7)<br>Sałatka z buraka z ogórkiem 70g. |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**II kolacja:** Budyń z sokiem 200g. (1,7)

Dieta cukrzycowa: Budyń z owocem b/z cukru 200g. (1,7)

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

**12.11.2025r. Środa****Śniadanie**

| Dieta podstawowa                                                                                                                                                  | Dieta lekkostrawna                                                                                                                                                | Dieta cukrzycowa                                                                                                      | Dieta bogato białkowa                                                                                                                                            | Dieta wątrobowa                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata<br>Jogurt owocowy 1 szt. (7) | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata<br>Jogurt owocowy 1 szt. (7) | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata<br>Jogurt naturalny 1 szt. (7) | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 70g.<br>Sałata<br>Jogurt owocowy 1 szt. (7) | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata<br>Jogurt owocowy 1 szt. (7) |

II śniadanie cukrzycowe – Pieczywo żytnie z pastą warzywną 50g. (1)

**Obiad**

|                                                                                                                                         |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                         |                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9)<br>Pierogi leniwe z masłem 300ml. (1,3,7)<br>Surówka z marchewką 150g.<br><br>Kompot 250ml. | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9)<br>Pierogi leniwe z masłem 300ml. (1,3,7)<br>Surówka z marchewką 150g.<br><br>Kompot 250ml. | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9)<br>Pierś z kurczaka duszona w sosie własnym 130/100g. (1,7)<br>Ziemniaki 250g.<br>Surówka z marchewką 150g.<br><br>Kompot b/z cukru 250ml. | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9)<br>Pierogi leniwe z masłem 300ml. (1,3,7)<br>Surówka z marchewką 150g.<br><br>Kompot 250ml. | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9)<br>Pierogi leniwe z masłem 300ml. (1,3,7)<br>Surówka z marchewką 150g.<br><br>Kompot 250ml. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Podwieczorek cukrzycowy – Kasza manna b/z cukru 1 szt. (7)

**Kolacja**

|                                                                                                                                            |                                                                                                                                            |                                                                                                                                          |                                                                                                                                           |                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g.(1)<br>Masło 15g.(7)<br>Szynka konserwowa 50g.<br>Sałatka ziemniaczana 100g. (3,9)<br>Sałata 30g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g.(1)<br>Masło 15g.(7)<br>Szynka konserwowa 50g.<br>Sałatka ziemniaczana 100g. (3,9)<br>Sałata 30g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g.(1)<br>Masło 15g.(7)<br>Szynka konserwowa 50g.<br>Sałatka ziemniaczana 100g. (3,9)<br>Sałata 30g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g.(1)<br>Masło 15g.(7)<br>Szynka konserwowa 50g.<br>Sałatka ziemniaczana 100g. (3,9)<br>Sałata 30g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g.(1)<br>Masło 15g.(7)<br>Szynka konserwowa 50g.<br>Sałatka ziemniaczana 100g. (3,9)<br>Sałata 30g. |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**II kolacja:** Kisiel z jabłkiem 200g. (1)

Cukrzyca: Kisiel b/z cukru 200g. (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

**13.11.2025r. Czwartek****Śniadanie**

| Dieta podstawowa                                                                                                                                                    | Dieta lekkostrawna                                                                                                                              | Dieta cukrzycowa                                                                                                                              | Dieta bogato białkowa                                                                                                                          | Dieta Wątrobowa                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Jajko gotowane 1 szt. (3)<br>Majonez 10g. (3)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata 30g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Jajko gotowane 1 szt. (3)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata 30g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Jajko gotowane 1 szt. (3)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata 30g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Jajko gotowane 1 szt. (3)<br>Wędlina 70g.<br>Sałata 30g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Dżem 20g.<br>Sałata 30g. |

II śniadanie cukrzycowe- Sok warzywny 200ml. (9)

**Obiad**

|                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9)<br>Gulasz drobiowy 130/100g. (1)<br>Kasza 200g. (1)<br>Kapusta modra zasmażana 200g.<br><br>Kompot 250ml | Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9)<br>Gulasz drobiowy 130/100g. (1)<br>Kasza 200g. (1)<br>Jarzyny gotowane 200g. (9)<br><br>Kompot 250ml. | Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9)<br>Gulasz drobiowy 130/100g. (1)<br>Kasza 200g. (1)<br>Kapusta modra zasmażana 200g.<br><br>Kompot b/cukru 250ml. | Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9)<br>Gulasz drobiowy 130/100g. (1)<br>Kasza 200g. (1)<br>Jarzyny gotowane 200g. (9)<br><br>Kompot 250ml. | Zupa grysikowa z zieloną pietruszką 300ml. (1,9)<br>Gulasz drobiowy 130/100g. (1)<br>Kasza 200g. (1)<br>Jarzyny gotowane 200g. (9)<br>Kompot 250ml. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Podwieczorek cukrzycowy – Marchewki krojone w słupki 70g.

**Kolacja**

|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta drobiowa z brokułami 70g. (3)<br>Wędlina 20g.<br>Papryka czerwona 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta drobiowa z brokułami 70g. (3)<br>Wędlina 20g.<br>Pomidor 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta drobiowa z brokułami 70g. (3)<br>Wędlina 20g.<br>Papryka czerwona 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta drobiowa z brokułami 70g. (3)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta drobiowa z brokułami 70g. (3)<br>Wędlina 20g.<br>Pomidor b/z skórki 70g. |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**II Kolacja:** Owoc 1 szt.

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

**14.11.2025r. Piątek****Śniadanie**

| Dieta podstawowa                                                                                                                                                           | Dieta lekkostrawna                                                                                                                                                  | Dieta cukrzycowa                                                                                                                 | Dieta bogato białkowa                                                                                                                                                        | Dieta wątrobowa                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Twaróg 60g. (7)<br>Powidła 20g.<br>Ogórek zielony 70g. | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Twaróg 60g. (7)<br>Powidła 20g.<br>Pomidor 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Twaróg 60g. (7)<br>Ogórek zielony 70g.<br>Serek wiejski 50g. (7) | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Twaróg 60g. (7)<br>Pomidor 70g.<br>Serek wiejski 50g. (7) | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Twaróg 60g. (7)<br>Powidła 20g.<br>Pomidor b/z skórki 70g. |

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

**Obiad**

|                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9)<br>Kotlet mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9)<br>Ziemniaki gotowane 250g.<br>Sałata 30g.<br>Kompot 250ml | Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9)<br>Zrazik rybny gotowany w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9)<br>Ziemniaki gotowane 250g.<br>Marchew gotowana 200g.<br>Kompot 250ml | Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9)<br>Zrazik rybny gotowany w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9)<br>Ziemniaki gotowane 250g.<br>Sałata 30g.<br>Kompot b/z cukru 250ml | Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9)<br>Zrazik rybny gotowany w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9)<br>Ziemniaki gotowane 250g.<br>Marchew gotowana 200g.<br>Kompot 250ml | Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9)<br>Zrazik rybny gotowany w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9)<br>Ziemniaki gotowane 250g.<br>Marchew gotowana 200g.<br>Kompot 250ml |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie z pastą warzywną 50g. (1)

**Kolacja**

|                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                   |                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 40g. (3)<br>Sałatka rybna z twarożkiem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 40g. (3)<br>Sałatka rybna z twarożkiem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 40g. (3)<br>Sałatka rybna z twarożkiem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 40g. (3)<br>Sałatka rybna z twarożkiem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta warzywna 50g.<br>Sałatka rybna z twarożkiem 70g. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**II kolacja:** Deser mleczny 150g. (7)

Cukrzyca: Jogurt naturalny 150g. (7)

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

## 15.11.2025r. Sobota

### Śniadanie

| Dieta podstawowa                                                                                                                                     | Dieta lekkostrawna                                                                                                                            | Dieta cukrzycowa                                                                                                                                   | Dieta bogato białkowa                                                                                                                        | Dieta wątrobowa                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Paszтет zapiekany 50g.<br>Ogórek kiszony 70g.<br>Wędlina 20g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor 70g.<br>Ser kanapkowy 20g. (7) | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Ogórek kiszony 70g.<br>Ser kanapkowy 20g. (7) | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 70g.<br>Pomidor 70g.<br>Ser kanapkowy 20g. (7) | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor b/z skórki 70g.<br>Ser kanapkowy 20g. (7) |

II śniadanie cukrzycowe- Sok wielowarzywny 250ml. (9)

### Obiad

|                                                                                 |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa żurek 300ml. (1,7,9)<br>Bigos 150g.<br>Ziemniaki 250g.<br><br>Kompot 250ml | Zupa ziemniaczana 300ml. (9)<br>Udko gotowane w sosie śmietanowym 1szt./100ml. (1,7)<br>Ziemniaki 250g.<br>Buraczki gotowane 150g.<br><br>Kompot 250ml | Zupa ziemniaczana 300ml. (9)<br>Udko gotowane w sosie śmietanowym 1szt./100ml. (1,7)<br>Ziemniaki 250g.<br>Buraczki gotowane 150g.<br>Kompot 250ml b/z cukru | Zupa ziemniaczana 300ml. (9)<br>Udko gotowane w sosie śmietanowym 1szt./100ml. (1,7)<br>Ziemniaki 250g.<br>Buraczki gotowane 150g.<br>Kompot 250ml | Zupa ziemniaczana 300ml. (9)<br>Udko gotowane w sosie śmietanowym 1szt./100ml. (1,7)<br>Ziemniaki 250g.<br>Buraczki gotowane 150g.<br>Kompot 250ml |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Podwieczorek cukrzycowy – Jogurt naturalny 150g. (7)

### Kolacja

|                                                                                                                       |                                                                                                                                    |                                                                                                                                  |                                                                                                                                   |                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Sałatka warzywna 100g. (3,9)<br>Szynka gotowana 50g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)<br>Szynka gotowana 50g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)<br>Szynka gotowana 50g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)<br>Szynka gotowana 50g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (9)<br>Szynka gotowana 50g. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

II kolacja: Owoc 1 szt.

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

## **16.11.2025r. Niedziela**

### **Śniadanie**

| Dieta podstawowa                                                                                                              | Dieta lekkostrawna                                                                                                         | Dieta cukrzycowa                                                                                                                | Dieta bogato białkowa                                                                                                     | Dieta wątrobowa                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kakao 250ml. (7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Ser żółty 50g. (7)<br>Wędlina 20g.<br>Ogórek zielony 70g. | Kakao 250ml. (7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Ser kanapkowy 20g. (7)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor 70g. | Kakao 250ml. (7)<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Ser kanapkowy 20g. (7)<br>Wędlina 50g.<br>Ogórek zielony 70g. | Kakao 250ml. (7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Ser kanapkowy 20g. (7)<br>Wędlina 70g.<br>Pomidor 70g. | Kakao 250ml. (7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Ser kanapkowy 20g. (7)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor b/z skórki 70g. |

II śniadanie cukrzycowe – Owoc 1 szt.

### **Obiad**

|                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9)<br>Pieczeń z łopatki duszona 130/100g. (1)<br>Ziemniaki 200g.<br>Kapusta gotowana po litewsku 150g.<br><br>Kompot 250ml | Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9)<br>Pieczeń z łopatki duszona 130/100g. (1)<br>Ziemniaki 200g.<br>Jarzyny gotowane 150g.<br><br>Kompot 250ml | Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9)<br>Pieczeń z łopatki duszona 130/100g. (1)<br>Ziemniaki 200g.<br>Kapusta gotowana po litewsku 150g.<br><br>Kompot b/z cukru 250ml | Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9)<br>Pieczeń z łopatki duszona 130/100g. (1)<br>Ziemniaki 200g.<br>Jarzyny gotowane 150g.<br>Kompot 250ml | Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9)<br>Pieczeń z łopatki duszona 130/100g. (1)<br>Ziemniaki 200g.<br>Jarzyny gotowane 150g.<br>Kompot 250ml |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Podwieczorek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

### **Kolacja**

|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Parówka gotowana 70g.<br>Ketchup 10g. (9)<br>Szynka konserwowa 50g.<br>Ser topiony 20g. (7)<br>Pomidor 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Parówka gotowana 70g.<br>Ketchup 10g. (9)<br>Szynka konserwowa 50g.<br>Ser topiony 20g. (7)<br>Pomidor 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Parówka gotowana 70g.<br>Ketchup 10g. (9)<br>Szynka konserwowa 50g.<br>Ser topiony 20g. (7)<br>Pomidor 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Parówka gotowana 70g.<br>Ketchup 10g. (9)<br>Szynka konserwowa 70g.<br>Ser topiony 20g. (7)<br>Pomidor 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Parówka drobiowa gotowana 70g.<br>Ketchup 10g. (9)<br>Szynka konserwowa 50g.<br>Ser topiony 20g. (7)<br>Pomidor b/z skórki 70g. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**II kolacja:** Koktajl na maślanie z owoców leśnych 150g. (7) Cukrzyca: Maślanka 150g. (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

**17.11.2025r. Poniedziałek****Śniadanie**

| Dieta podstawowa                                                                                                                                                                  | Dieta lekkostrawna                                                                                                                                                               | Dieta cukrzycowa                                                                                                                                             | Dieta bogato białkowa                                                                                                                                                           | Dieta wątrobowa                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Ser camembert 30g. (7)<br>Powidła 20g.<br>Sałata z pomidorem 70g. | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Ser kanapkowy 30g. (7)<br>Powidła 20g.<br>Sałata z pomidorem 70g. | Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7)<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Ser kanapkowy 30g. (7)<br>Wędlina 20g.<br>Sałata z pomidorem 70g. | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Ser kanapkowy 30g. (7)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata z pomidorem 70g. | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Ser kanapkowy 30g. (7)<br>Wędlina 20g.<br>Sałata z pomidorem 70g. |

II śniadanie cukrzycowe- Pieczywo żytnie z pastą warzywną 50g. (1)

**Obiad**

|                                                                                                                                   |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (1,7,9)<br>Stek z cebulką 130g. (1)<br>Ziemniaki 250g.<br>Sałatka z ogórkiem 150g.<br>Kompot 250ml | Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (1,7,9)<br>Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1)<br>Ziemniaki 250g.<br>Brokuły gotowane 150g.<br>Kompot 250ml | Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (1,7,9)<br>Ziemniaki 250g.<br>Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1)<br>Sałatka z ogórkiem 150g.<br>Kompot b/z cukru 250ml | Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (1,7,9)<br>Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1)<br>Ziemniaki 250g.<br>Brokuły gotowane 150g.<br>Kompot 250ml | Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (1,7,9)<br>Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1)<br>Ziemniaki 250g.<br>Jarzyny gotowane 150g.<br>Kompot 250ml |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

**Kolacja**

|                                                                                                                                          |                                                                                                          |                                                                                                                                        |                                                                                                         |                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Kabanos drobiowy 50g.<br>Wędlina 20g.<br>Pomidor ze szczypiorkiem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor 70g.<br>Sałata | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Kabanos drobiowy 50g.<br>Wędlina 20g.<br>Pomidor ze szczypiorkiem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 70g.<br>Pomidor 70g.<br>Sałata | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor b/z skórki 70g.<br>Sałata |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**II Kolacja:** Kaszka manna z sokiem 200ml. (1,7)

Cukrzyca: Kaszka manna b/z cukru 200ml. (1,7)

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: 16.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.43 g; Cholesterol: 222.65 mg; Błonnik pokarmowy: 25.48 g

## **18.11.2025r. Wtorek**

### **Śniadanie**

| Dieta podstawowa                                                                                                                                                   | Dieta lekkostrawna                                                                                                                             | Dieta cukrzycowa                                                                                                                             | Dieta bogato białkowa                                                                                                                         | Dieta wątrobowa                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Jajko gotowane 1 szt. (3)<br>Majonez 10g. (3)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata 30g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Jajko gotowane 1 szt. (3)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata 30g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo razowe 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Jajko gotowane 1 szt. (3)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata 30g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Jajko gotowane 1 szt. (3)<br>Wędlina 70g.<br>Sałata 30g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Jajko gotowane 1 szt. (3)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata 30g. |

II śniadanie cukrzycowe – Sok pomidorowy 250ml. (9)

### **Obiad**

|                                                                                                                           |                                                                                                                        |                                                                                                                                             |                                                                                                                           |                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Krupnik 300ml. (1,7,9)<br>Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7)<br>Ryż 200g.<br>Marchewka z groszkiem 150g.<br>Kompot 250ml. | Krupnik 300ml. (1,7,9)<br>Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7)<br>Ryż 200g.<br>Marchewka gotowana 150g.<br>Kompot 250ml. | Krupnik 300ml. (1,7,9)<br>Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7)<br>Ryż brązowy 200g.<br>Marchewka z groszkiem 150g.<br>Kompot b/z cukru 250ml. | Krupnik 300ml. (1,7,9)<br>Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7)<br>Ryż 200g.<br>Marchewka z groszkiem 150g.<br>Kompot 250ml. | Krupnik 300ml. (1,7,9)<br>Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7)<br>Ryż 200g.<br>Marchewka gotowana 150g.<br>Kompot 250ml |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc 1 szt.

### **Kolacja**

|                                                                                                                                           |                                                                                                                                    |                                                                                                                                         |                                                                                                                                   |                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta rybna z warzywami 80g. (9)<br>Wędlina 20g.<br>Ogórek zielony 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta rybna z warzywami 80g. (9)<br>Wędlina 20g.<br>Pomidor 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta rybna z warzywami 80g. (9)<br>Wędlina 20g.<br>Ogórek zielony 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta rybna z warzywami 80g. (9)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Pasta rybna z warzywami 80g. (9)<br>Wędlina 20g.<br>Pomidor b/z skórki 70g. |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**II kolacja:** Galaretka owocowa 150g.

Dieta cukrzycowa: Galaretka owocowa b/z cukru 150g.

Energia : 2017.99 kcal; Białko ogółem: 66.44 g; Tłuszcz: 89.79 g; Węglowodany ogółem: 253.26 g; Witamina C: 119.30 mg; Wapń: 829.42 mg; Sód: 4228.50 mg; Żelazo: 7.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.86 g; Cholesterol: 259.92 mg; Błonnik pokarmowy: 17.93 g

## **19.11.2025r. Środa**

### **Śniadanie**

| Dieta podstawowa                                                                                                                                                    | Dieta lekkostrawna                                                                                                                                                  | Dieta cukrzycowa                                                                                                           | Dieta bogato białkowa                                                                                                                                              | Dieta wątrobowa                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor 70g.<br>Jogurt owocowy 150g. (7) | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor 70g.<br>Jogurt owocowy 150g. (7) | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor 70g.<br>Jogurt naturalny 150g. (7) | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 70g.<br>Pomidor 70g.<br>Jogurt owocowy 150g. (7) | Herbata 250ml.<br>Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Wędlina 50g.<br>Pomidor b/z skórki 70g.<br>Jogurt owocowy 150g. (7) |

### **II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.**

### **Obiad**

|                                                                                                                                            |                                                                                                                                |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                |                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9)<br>Kopytka ziemniaczane w sosie pieczarkowym 400g. (1,3,7)<br>Surówka z marchewki 150g.<br>Kompot 250ml | Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9)<br>Kopytka ziemniaczane z masłem 400g. (1,3,7)<br>Surówka z marchewki 150g.<br>Kompot 250ml | Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9)<br>Schab duszony w sosie własnym 130g. (1)<br>Ziemniaki 250g.<br>Surówka z marchewki 150g.<br>Kompot b/z cukru 250ml. | Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9)<br>Kopytka ziemniaczane z masłem 400g. (1,3,7)<br>Surówka z marchewki 150g.<br>Kompot 250ml | Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9)<br>Kopytka ziemniaczane z masłem 400g. (1,3,7)<br>Surówka z marchewki 150g.<br>Kompot 250ml |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### **Podwieczerek cukrzycowy– Marchew krojona w słupki 70g.**

### **Kolacja**

|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Szynka gotowana 50g.<br>Sałatka ziemniaczana z zieloną pietruszką 100g. (3,9) | Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Szynka gotowana 50g.<br>Sałatka ziemniaczana b/z majonezu z zieloną pietruszką 100g. (3,9) | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Szynka gotowana 50g.<br>Sałatka ziemniaczana b/z majonezu z zieloną pietruszką 100g. (3,9) | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Szynka gotowana 50g.<br>Sałatka ziemniaczana b/z majonezu z zieloną pietruszką 100g. (3,9) | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Szynka gotowana 50g.<br>Sałatka ziemniaczana b/z majonezu z zieloną pietruszką 100g. (9) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**II kolacja:** Budyń czekoladowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: budyń czekoladowy b/z cukru 150g. (7)

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

**20.11.2025r. Czwartek****Śniadanie**

| Dieta podstawowa                                                                                                      | Dieta lekkostrawna                                                                                                  | Dieta cukrzycowa                                                                                                     | Dieta bogato białkowa                                                                                                 | Dieta wątrobowa                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Serek topiony 50g. (7)<br>Dżem 20g.<br>Sałata | Herbata 250ml. (1,7)<br>Pieczywo mieszane 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Serek biały 50g. (7)<br>Dżem 20g.<br>Sałata | Herbata 250ml. (1,7)<br>Pieczywo razowe 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Serek biały 50g. (7)<br>Wędlina 20g.<br>Sałata | Herbata 250ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Serek biały 50g. (7)<br>Wędlina 20g.<br>Sałata | Herbata 250ml. (1,7)<br>Pieczywo pszenne 110g. (1)<br>Masło 15g.(7)<br>Serek biały 50g. (7)<br>Dżem 20g.<br>Sałata |

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

**Obiad**

|                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa z soczewicą 300ml. (1,7,9)<br>Karkówka duszona 130g. (1)<br>Kasza jęczmienna 200g. (1)<br>Kapusta modra zasmażana 150g.<br>Kompot 250ml | Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9)<br>Filet z kurczaka duszony 130g. (1)<br>Kasza jęczmienna 200g. (1)<br>Warzywa gotowane 150g. (9)<br>Kompot 250ml | Zupa z soczewicą 300ml. (1,7,9)<br>Filet z kurczaka duszony 130g. (1)<br>Kasza pęczak 200g. (1)<br>Kapusta modra zasmażana 150g.<br>Kompot b/z cukru 250ml | Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9)<br>Filet z kurczaka duszony 130g. (1)<br>Kasza jęczmienna 200g. (1)<br>Warzywa gotowane 150g. (9)<br>Kompot 250ml | Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9)<br>Filet z kurczaka duszony 130g. (1)<br>Kasza jęczmienna 200g. (1)<br>Warzywa gotowane 150g.<br>Kompot 250ml |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Podwieczerek cukrzycowy–Sok warzywny 200ml. (7)

**Kolacja**

|                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Kaszanka gotowana 1 szt. (1)<br>Musztarda 10g. (10)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata z pomidorem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo mieszane 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Serdelek gotowany 1 szt. (1)<br>Ketchup 10g. (9)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata z pomidorem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo razowe 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Serdelek gotowany 1 szt. (1)<br>Ketchup 10g. (9)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata z pomidorem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Serdelek gotowany 1 szt. (1)<br>Ketchup 10g. (9)<br>Wędlina 50g.<br>Sałata z pomidorem 70g. | Herbata 250ml.<br>Pieczywo pszenne 110g (1)<br>Masło 15g. (7)<br>Parówka drobiowa 1 szt. (1)<br>Ketchup 10g. (9)<br>Wędlina 70g.<br>Sałata z pomidorem 70g. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**II kolacja:** Sałatka makaronowa z kukurydzą i ogórkiem 100g. (1,3)

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: 26.27g