

Niedziela 2025.12.21

Śniadanie

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kakao na mleku 250ml(7) Herbata 250ml Kielbasa Śląska na ciepło 70g (6,9,10,12) Musztarda 20g (1,10,12) Sałatka z ogórka kiszzonego, papryki i zieleniny 100g (12)	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kakao na mleku 250ml (7) Herbata 250ml Parówka drobiowa na ciepło 70g (6,7,9,10,12) Ketchup 20g (9,10,12) Sałatka z pomidora 100g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Kakao na mleku 250ml (7) Parówka drobiowa na ciepło 70g (6,7,9,10,12) Ketchup 20g (9,10,12) Sałatka z ogórka kiszzonego, papryki i zieleniny 100g (12)	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kakao na mleku 250ml (7) Parówka drobiowa na ciepło 70g (6,7,9,10,12) Ketchup 20g (9,10,12) Sałatka z pomidora 100g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kakao na mleku 250ml (7) Pasta warzywna 80g (9,10) Pomidor b/s 70g

II śniadanie cukrzyca: jogurt naturalny 100ml (7)

Obiad

Zupa marchewkowa 300ml (1,7,9,10,12) Pulpety drobiowe z zieleniną 130g (1,3,12) Sos mleczny 100ml (1,7,10) Kasza gryczana 200g Kalafior 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa marchewkowa 300ml (1,7,9,10,12) Pulpety drobiowe z zieleniną 130g (1,3,12) Sos mleczny 100ml (1,7,10) Ziemniaki 250g Kalafior 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa marchewkowa 300ml (1,7,9,10,12) Pulpety drobiowe z zieleniną 130g (1,3,12) Sos mleczny 100ml (1,7,10) Kasza gryczana 200g Kalafior 200g Kompot owocowy 250ml Kiwi 1 szt	Zupa marchewkowa 300ml (1,7,9,10,12) Pulpety drobiowe z zieleniną 130g (1,3,12) Sos mleczny 100ml (1,7,10) Ziemniaki 250g Kalafior 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa marchewkowa 300ml (1,7,9,10,12) Pulpety drobiowe z zieleniną 130g (1,3,12) Sos mleczny 100ml (1,7,10) Ziemniaki 250g Kalafior 200g Kompot owocowy 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzyca: budyń waniliowy bez cukru 150ml (7)

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Szynka zielonogórska 50g (6,7,9) Ogórek kiszony 70g (12) Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Szynka zielonogórska 50g (6,7,9) Pomidor 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Szynka zielonogórska 50g (6,7,9) Ogórek kiszony 70g (12) Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Szynka zielonogórska 70g (6,7,9) Pomidor 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Szynka drobiowa 50g (6,7,9) Pomidor b/z sk70g Roszponka 30g
--	---	--	--	--

II kolacja: mandarynka 2szt

Poniedziałek 2025.12.22

Śniadanie

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Zupa mleczna z makaronem 300ml(1,3,7) Paszтет z kruszonką 70g (1,3,6,7,9,10) Sałatka z pomidorem i cebuli 100g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Zupa mleczna z makaronem 300ml(1,3,7) Filecik zapiekany na maśle 50g (6,7,9) Sałatka z pomidora 100g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Filecik zapiekany na maśle 50g (6,7,9) Sałatka z pomidora i cebuli 100g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Zupa mleczna z makaronem 300ml(1,3,7) Filecik zapiekany na maśle 70g (6,7,9) Sałatka z pomidora 100g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Zupa mleczna z makaronem 300ml(1,3,7) Filecik zapiekany na maśle 50g (6,7,9) Pomidor b/s 70g Dżem 30g

II śniadanie cukrzyca: Kisiel z owocami bez cukru 150ml

Obiad

Zupa ogórkowa z serem topionym 300ml (1,3,6,7,9,10) Gulasz wieprzowy w sosie ciemnym 130g/100g(1,7,9,10,12) Ziemniaki 250g Buraczki gotowane 200g (10,12) Kompot owocowy 250ml	Zupa warzywna z kaszą kuskus 300ml (1,3,7,9,10,12) Gulasz drobiowy w sosie jasnym 130/100g Ziemniaki 250g Buraczki gotowane 200g (10,12) Kompot owocowy 250ml	Zupa ogórkowa z serem topionym 300ml (1,7,9,10,12) Gulasz drobiowy w sosie jasnym 130g/100g (1,7,9,10,12) Ziemniaki 250g Buraczki gotowane 200g (10,12) Kompot owocowy 250ml Pomarańcza 1 szt	Zupa warzywna z kaszą kuskus 300ml (1,3,7,9,10,12) Gulasz drobiowy w sosie jasnym 130/100g Ziemniaki 250g Buraczki gotowane 200g (10,12) Kompot owocowy 250ml	Zupa warzywna z kaszą kuskus 300ml (1,3,7,9,10,12) Gulasz drobiowy w sosie jasnym 130/100g Ziemniaki 250g Buraczki gotowane 200g (10,12) Kompot owocowy 250ml
--	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzyca: sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Kielbasa szynkowa 50g (1,6,7,9,10) Sałatka z ogórka konserwowego, papryki i kukurydzy 80g (9,10,12) Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Kielbasa szynkowa 50g (1,6,7,9,10) Pomidor 70g Rukola 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Kielbasa szynkowa 50g (1,6,7,9,10) Sałatka z ogórka konserwowego, papryki i kukurydzy 80g (9,10,12) Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Kielbasa szynkowa 70g (1,6,7,9,10) Pomidor 70g Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Kielbasa szynkowa 50g (1,6,7,9,10) Pomidor b/s 70g Rukola 30g
---	---	---	--	--

II kolacja: banan 1 szt, cukrzyca: kiwi 1szt

Wtorek 2025.12.23

Śniadanie

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna płatkami owsianymi 300 ml (7) Jajko gotowane 1szt (3) Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulą 70g Szynka drobiowa 30g (3,6,7,9)	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Jajko gotowane 1szt (3) Pomidor 70g Mix sałat 30g Szynka drobiowa 30g (3,6,7,9)	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Kawa rozpuszczalna 250ml Jajko gotowane 1szt (3) Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulą 70g Szynka drobiowa 30g (3,6,7,9)	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Jajko gotowane 1szt (3) Pomidor 70g Mix sałat 30g Szynka drobiowa 30g (3,6,7,9)	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Pasta z białka jaj 70g (3) Pomidor b/s 70g Mix sałat 30g Szynka drobiowa 30g (3,6,7,9)

II śniadanie cukrzyca: galaretki owocowe 150g

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem 300ml (1,7,9,10,12) Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g (12) Sos chrzanowy (1,12) Ziemniaki 250g Bukiet warzyw 200g (9) Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (1,7,9,10,12) Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g (12) Sos naturalny 100ml (1,6,7,9,10,12) Ziemniaki 250g Bukiet warzyw 200g(9) Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (1,7,9,10,12) Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g (12) Sos chrzanowy (1,12) Ziemniaki 250g Bukiet warzyw 200g (9) Kompot owocowy 250ml Surówka z białej kapusty 150g (12)	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (1,7,9,10,12) Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g (12) Sos naturalny 100ml (1,6,7,9,10,12) Ziemniaki 250g Bukiet warzyw 200g (9) Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (1,7,9,10,12) Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g (12) Sos naturalny 100ml (1,6,7,9,10,12) Ziemniaki 250g Marchew gotowana 200g Kompot owocowy 250ml
---	---	---	--	---

Podwieczorek cukrzyca: wafle ryżowe 30g

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Twaróg z suszonymi pomidorami i zieleniną 70g (7) Szynka zielonogórska 30g (6,7,9) Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Twaróg z suszonymi pomidorami i zieleniną 70g (7) Szynka zielonogórska 30g (6,7,9) Rukola 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Twaróg z suszonymi pomidorami i zieleniną 70g (7) Szynka zielonogórska 30g (6,7,9) Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Twaróg z suszonymi pomidorami i zieleniną 70g (7) Szynka zielonogórska 30g (6,7,9) Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Twaróg z suszonymi pomidorami i zieleniną 70g (7) Filecik zapiekany na maśle 30g (6,7,9) Miód 25g (12)
--	--	---	--	---

II kolacja: kanapka z masłem i pastą warzywną 40/10/80g (1,7,9,10,12)

Klaudia Zawadzka
dietyk kliniczny

Środa 2025.12.24 Wigilia

Śniadanie

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) Ser żółty 50g (7) Papryka 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) Serek wiejski 100g (7) Pomidor 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) Serek wiejski 100g (7) Papryka 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) Serek wiejski 100g (7) Pomidor 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (1,7) Serek wiejski 100g (7) Pomidor b/s 70g Mix sałat 30g

II śniadanie cukrzyca: Sok wielowarzywny 200ml (9)

Obiad

Zupa jarzynowa 300ml (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym 350g (7) Sos waniliowy 100ml (1,7) Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 300ml (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym 350g (7) Sos waniliowy 100ml (1,7) Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 300ml (1,7,9) Ryż brązowy z musem jabłkowym 350g (7) Sos waniliowy b/c 100ml (1,7) Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 300ml (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym 350g (7) Sos waniliowy 100ml (1,7) Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa 300ml (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym 350g (7) Sos waniliowy 100ml (1,7) Kompot owocowy 250ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzyca: gruszka 1szt

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Barszcz czysty 250ml (9) Ryba pieczona 100g (1,4) Sos grecki 150g (1,4) Sałatka jarzynowa 100g (3,9,10) Śledź w oleju z cebulką (4) Piernik 50g (1,3,7)	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Barszcz czysty 250ml (9) Ryba pieczona (1,4) Sos grecki 150g (1,9) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100g (3,9,10) Galart rybny z cytryną 60g (9,4) Piernik 50g (1,3,7)	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Barszcz czysty 250ml (9) Ryba pieczona (1,4) Sos grecki 150g (1,9) Sałatka jarzynowa 100g (3,9,10) Galart rybny z cytryną 60g (9,4) Kiwi 1 szt	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Barszcz czysty 250ml (9) Ryba pieczona 100g(1,4) Sos grecki 150g (1,9) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100g (3,9,10) galart rybny z cytryną 60 g (9,4) Piernik 50g (1,3,7)	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Barszcz czysty 250ml (9) Ryba pieczona 100g(1,4) Sos grecki 150g (1,9) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100g (1,3,9,10) galart rybny z cytryną 60 g (9,4) Piernik 50g (1,3,7)
---	--	---	--	--

II kolacja: Jogurt naturalny 100ml (7)

Czwartek 2025.12.25 Boże Narodzenie**Śniadanie**

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kakao na mleku 250ml Szynka 20g (1,6,9,10) kielbasa biała 80g, (1,6,9,10). musztarda 20 g (10) Pomidor 70g. makowiec 50g (1,7,3)	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kakao na mleku 250ml Szynka 20g (1,6,9,10) kielbasa biała 80g, (1,6,9,10). ketchup 20 g (9,12) Pomidor 70g. Makowiec 50 g (1,7,3)	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Kakao na mleku 250ml Szynka 20g (1,6,9,10) kielbasa biała 80g, (1,6,9,10). Ketchup 20 (9,12) Pomidor 70g. Pomarańcza 1 szt	Masło 15 g (7) Chleb pszenney (kawiorek) 110 g (1) Kakao na mleku 250ml Szynka 50g (1,6,9,10) kielbasa biała 80g, (1,6,9,10). ketchup 20 g (9,12) Pomidor 70g. Makowiec 50g(1,7,3)	Masło 15 g (7) Chleb pszenney (kawiorek) 110 g (1) Kakao na mleku 250ml Szynka 20g (1,6,9,10) kielbasa biała 80g, (1,6,9,10). ketchup 20 g (9,12) Pomidor bez skórki 70g. Makowiec 50g (1,7,3)

II śniadanie cukrzyca: Sok pomidorowy 200ml

Obiad

Rosół z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Karkówka duszona 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Kompot 250ml. Mandarynka 1 szt.	Rosół z makaronem 300ml. (1,7,3,9) Szynka duszona 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml. Mandarynka 1szt.	Rosół z makaronem razowym 300ml. (1,3,7,9) Karkówka duszona 130g Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Buraczki 200g. Kompot 250ml Mandarynka 1szt	Rosół z makaronem 300ml. (1,7,3,9) Szynka duszona Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 200g Kompot 250ml. Mandarynka 1szt.	Rosół z makaronem 300ml. (1,7,3,9) Szynka gotowana 130g . Sos mleczny 100ml.(1,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml. jabłko pieczone 1 szt.
--	--	--	---	--

Podwieczorek cukrzyca: jogurt naturalny 100ml(7)

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Ogonówka 50g (1,6,9,10) Papryka konserwowa 70g Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Ogonówka 50g (1,6,9,10) Pomidor 70g Rukola 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Ogonówka 50g (1,6,9,10) Papryka konserwowa 70g Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenney (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Ogonówka 70g (1,6,9,10) Pomidor 70g Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenney (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Ogonówka 50g (1,6,9,10) Pomidor b/s 70g Rukola 30g
--	---	---	--	--

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

Piątek 2025.12.26 Boże Narodzenie**Śniadanie**

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kawa z mlekiem 250ml(7) Sałatka jarzynowa 100g (3,10,9) Parówki cienkie 80g (1,6,9,10) ketchup 20g (9,12) Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kawa z mlekiem 250ml(7) Sałatka jarzynowa-lekkostrawna 100g (3,10,9) Parówki cienkie 80g (1,6,9,10) Ketchup 20g(9,12) Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Kawa z mlekiem 250ml(7) Sałatka jarzynowa 100g (3,10,9) Parówki cienkie 80g (1,6,9,10) ketchup 20g (9,12) Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kawa z mlekiem 250ml(7) Sałatka jarzynowa-lekkostrawna 100g (3,10,9) Parówki cienkie 80g (1,6,9,10) Ketchup 20g(9,12) Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kawa z mlekiem 250ml(7) Sałatka jarzynowa-lekkostrawna 100g (3,10,9) Parówki cienkie 80g (1,6,9,10) Ketchup 20g(9,12) Mix sałat 30g

II śniadanie cukrzyca: pomarańcza 1 szt

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (,7,9) Udko duszone 130g Sos naturalny 100g (1) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 150 g (1,9) Kompot 250ml Babka cytrynowa 50g(1,3,7)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,7,9) Udko duszone 130g Sos naturalny 100g (1) Ziemniaki 250g Marchew gotowana 200g Kompot 250ml. Babka cytrynowa 50 g .(1,3,7)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300ml (,7,9) Udko duszone 130g Sos naturalny 100g (1) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 150 g (1,9) Kompot 250ml. Gruszka 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (,7,9) Udko duszone 130g Sos naturalny 100g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g kompot 250ml. Babka cytrynowa 50g .(1,3,7)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (,7,9) Udko gotowane 130g Sos naturalny 100g (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g Kompot 250ml. Babka cytrynowa 50g .(1,3,7)
--	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzyca: mandarynka 2szt

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Szynka konserwowa 50g (1,6,7,9) Pomidor z pestkami słonecznika 100g Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Szynka konserwowa 50g (1,6,7,9) Pomidor 70g Rukola 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Szynka konserwowa 50g (1,6,7,9) Pomidor z pestkami słonecznika 100g Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Szynka konserwowa 70g (1,6,7,9) Pomidor 70g Rukola 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Szynka konserwowa 50g (1,6,7,9) Pomidor b/s 70g Rukola 30g
---	---	--	---	---

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

Sobota 2025.12.27

Śniadanie

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kawa rozpuszcz. 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml(7) Szynka mielona 50g (6, 7, 9) Ogórek konserwowy 70g (9,10,12) Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kawa rozpuszcz. 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml(7) Szynka mielona 50g (6, 7, 9) Pomidor 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Kawa rozpuszcz. 250ml Szynka mielona 50g (6, 7, 9) Ogórek konserwowy 70g (9,10,12) Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kawa rozpuszcz. 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml(7) Szynka mielona 70g (6, 7, 9) Pomidor 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kawa rozpuszcz. 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml(7) Szynka mielona 50g (6, 7, 9) Pomidor b/z sk70g Mix sałat 30g

II śniadanie cukrzyca: Jabłko pieczone 1szt

Obiad

Zupa kalafiorowa zabelana 300ml (1,7,9,10,12) Leczo mięsno - warzywne w sosie pomidorowym 250g (1,9,10,12) Ryż gotowany 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa zabelana 300ml (1,7,9,10,12) Leczo mięsno - warzywne w sosie pomidorowym 250g (1,9,10,12) Ryż gotowany 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa zabelana 300ml (1,7,9,10,12) Leczo mięsno - warzywne w sosie pomidorowym 250g (1,9,10,12) Ryż brązowy 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa zabelana 300ml (1,7,9,10,12) Leczo mięsno - warzywne w sosie pomidorowym 250g (1,9,10,12) Ryż gotowany 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa ziemniaczana zabelana 300ml (1,7,9,10,12) Leczo mięsno - warzywne w sosie pomidorowym 250g (1,9,10,12) Ryż gotowany 200g Kompot owocowy 250ml
--	--	---	--	---

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

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Szynka bankietowa 50g (6, 7, 9) Sałatka z pomidora 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Szynka bankietowa 50g (6, 7, 9) Sałatka z pomidora 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Szynka bankietowa 50g (6, 7, 9) Sałatka z pomidora 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Szynka bankietowa 70g (6, 7, 9) Sałatka z pomidora 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Szynka bankietowa 50g (6, 7, 9) Pomidor b/z sk70g Roszponka 30g
--	--	--	---	--

II kolacja: kisiel wiśniowy 150ml, kisiel wiśniowy bez cukru 150ml

Klaudia Zawadzka
dietetyk kliniczny

Niedziela 2025.12.28

Śniadanie

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kakao na mleku 250ml (7) Kielbasa śląska na ciepło 70g (1,6,7,9) Musztarda 20g (10) Pomidor 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kakao na mleku 250ml (7) Parówka drobiowa na ciepło 70g (1,6,7,9) Ketchup 20g Pomidor 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Kakao na mleku 250ml (7) Kielbasa śląska na ciepło 70g (1,6,7,9) Musztarda 20g (10) Pomidor 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kakao na mleku 250ml (7) Parówka drobiowa na ciepło 70g (1,6,7,9) Ketchup 20g Pomidor 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kakao na mleku 250ml (7) Polędwica drobiowa 50g (3,6,7,9) Pomidor b/s 70g Mix sałat 30g

II śniadanie cukrzyca: Koktajl mleczny bez cukru z truskawką 200ml (7)

Obiad

Zupa grochowa 300 ml (1,9,12) Schab duszony 130g Sos własny 100ml (1,7,9,10,12) Kasza gryczana 200g Surówka z białej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa marchewkowa 300ml (9,10,12) Schab duszony 130g Sos własny 100ml (1,7,9,10,12) Fasolka szparagowa 200g Ziemniaki 250g Kompot 250ml	Zupa grochowa 300 ml (1,9,12) Schab duszony 130g Sos własny 100ml (1,7,9,10,12) Kasza gryczana 200g Fasolka szparagowa 200g Surówka z białej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa marchewkowa 300ml (9,10,12) Schab duszony 130g Sos własny 100ml (1,7,9,10,12) Fasolka szparagowa 200g Ziemniaki 250g Kompot 250ml	Zupa marchewkowa 300ml (9,10,12) Schab duszony 130g Sos własny 100ml (1,7,9,10,12) Dynia gotowana 200g Ziemniaki 250g Kompot 250ml
---	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzyca: kiwi 1 szt

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Piwna 50g(1, 6, 7, 9) Pasta z brokułami 80g(9,10,12) Twaróg 30g (7)	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Polędwica drobiowa 50 g (3,6, 7, 9) Pasta z brokułami 80g(9,10,12) Twaróg 30g (7)	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Polędwica drobiowa 50 g (3,6, 7, 9) Pasta z brokułami 80g(9,10,12) Twaróg 30g (7)	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Polędwica drobiowa 70 g (3,6, 7, 9) Pasta z brokułami 80g(9,10,12) Twaróg 30g (7)	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Polędwica drobiowa 50 g (3,6, 7, 9) Pomidor b/z sk70g Twaróg 30g (7)
---	---	---	--	---

II kolacja: budyń waniliowy 150ml(7), cukrzyca: budyń waniliowy bez cukru150ml(7)

Poniedziałek 2025.12.29

Śniadanie

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (1,3,7) Pasta z soczewicy czerwonej 80g (9,10,12) Sałatka z ogórka konserwowego i cebuli z zieleniną 70g (9,10,12)	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (1,3,7) Pasta selerowa 80g(9,10,12) Sałatka z pomidora i zieleniny 70g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Pasta z soczewicy czerwonej 80g (9,10,12) Sałatka z ogórka konserwowego i cebuli z zieleniną 70g (9,10,12)	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (1,3,7) Pasta z soczewicy czerwonej 80g (9,10,12) Sałatka z pomidora i zieleniny 70g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (1,3,7) Pasta selerowa 80g(9,10,12) Pomidor b/sk70g Szynka drob.30g (1,3,6,7,9,10,12)

II śniadanie cukrzyca: Jabłko pieczone 1 szt

Obiad

Żurek 300ml (1,3,9,10,12) Gulasz z żołądków drobiowych w sosie jasnym 130/100g (1,7,9,10,12) Kasza jęczmienna 200g (1) Surówka z kapusty czerwonej 150g (12) Kompot owocowy 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml (9,12) Gulasz żołądków w sosie jasnym 130/100g (1,7,9,10,12) Kasza jęczmienna 200g (1) Marchew gotowana 200g Kompot owocowy 250ml	Żurek 300ml (1,3,9,10,12) Gulasz z żołądków drobiowych w sosie jasnym 130/100g (1,7,9,10,12) Kasza jęczmienna 200g (1) Surówka z kapusty czerwonej 150g (12) Kompot owocowy 250ml Pomarańcza 1szt	Zupa ziemniaczana 300ml (9,12) Gulasz żołądków w sosie jasnym 130/100g (1,7,9,10,12) Kasza jęczmienna 200g (1) Marchew gotowana 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml (9,12) Gulasz żołądków w sosie jasnym 130/100g (1,7,9,10,12) Ziemniaki 250g Marchew gotowana 200g Kompot owocowy 250ml
--	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzyca: sok pomidorowy 200ml (9,12)

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Twaróg z ziołami 70g(7,10) Sałatka z pomidora i ogórka kiszzonego 70g (12) Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Twaróg z ziołami 70g(7,10) Pomidor 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Twaróg z ziołami 70g(7,10) Sałatka z pomidora i ogórka kiszzonego 70g (12) Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Twaróg z ziołami 100g(7,10) Pomidor 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Twaróg z ziołami 70g(7,10) Pomidor b/sk70g Dżem 50g(12)
--	--	--	--	--

II kolacja: jogurt naturalny 100ml(7)

Wtorek 2025.12.30

Śniadanie

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kawa z mlekiem 250ml(7) Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300ml(7) Szynka mielona 50g (6, 7, 9) Pomidor 70g Jabłko prażone 50g (12)	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kawa z mlekiem 250ml(7) Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300ml(7) Szynka luksusowa 50g (6, 7, 9) Pomidor 70g Jabłko prażone 50g (12)	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Kawa z mlekiem 250ml(7) Szynka luksusowa 50g (6, 7, 9) Pomidor 70g Ogórek 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kawa z mlekiem 250ml(7) Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300ml(7) Szynka luksusowa 70g (6, 7, 9) Pomidor 70g Jabłko prażone 50g (12)	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kawa z mlekiem 250ml(7) Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300ml(7) Szynka luksusowa 50g (6, 7, 9) Pomidor bez skórki 70g Jabłko prażone 50g (12)

II śniadanie cukrzyca: Mus owocowy 1 szt (12)

Obiad

Zupa szpinakowa z ziemniakami zabelana 300 ml (1,7,9,10,12) Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g (12) Sos pieczeniowy jasny 100ml (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Marchew gotowana 200g Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami zabelana 300 ml (1,7,9,10,12) Sztuka mięsa drobiowa duszona 130 g(12) Sos pieczeniowy jasny 100ml (1,7,9,10) Ziemniaki gotowane 250 g Marchew gotowana 200g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami zabelana 300 ml (1,7,9,10,12) Sztuka mięsa drobiowa duszona 130 g(12) Sos pieczeniowy jasny 100ml (1,7,9,10) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z marchwi z natką pietruszki 150g Kompot 250 ml Jabłko 1szt	Zupa szpinakowa z ziemniakami zabelana 300 ml (1,7,9,10,12) Sztuka mięsa drobiowa duszona 130 g(12) Sos pieczeniowy jasny 100ml (1,7,9,10) Ziemniaki gotowane 250 g Marchew gotowana 200g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami zabelana 300 ml (1,7,9,10,12) Sztuka mięsa drobiowa duszona 130 g(12) Sos pieczeniowy jasny 100ml (1,7,9,10) Ziemniaki gotowane 250 g Marchew gotowana 200g Kompot 250 ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzyca: kiwi 1 szt

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Szynka delikatna z fileta 50g (6,7,9,10,12) Pomidor 70g Powidła śliwkowe 30g (12)	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Szynka delikatna z fileta 50g (6,7,9,10,12) Pomidor 70g dżem 30g (12)	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Szynka delikatna z fileta 50g (6,7,9,10,12) Pomidor 70g Ogórek konserwowy 30g (12)	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Szynka delikatna z fileta 70g (6,7,9,10,12) Pomidor 70g Powidła śliwkowe 30g (12)	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Szynka delikatna z fileta 50g (6,7,9,10,12) Pomidor b/s 70g dżem 30g (12)
---	---	--	--	--

Kolacja II : mandarynka 2 szt

Środa 2025.12.31

Śniadanie

Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Bogato-białkowa	Wątrobowo-trzustkowa
Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (7) Szynka rodzinna 50g Ogórek zielony 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (7) Szynka rodzinna 50g Pomidor 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Kawa rozpuszczalna 250ml Szynka rodzinna 50g Ogórek zielony 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (7) Szynka rodzinna 70g Pomidor 70g Roszponka 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (7) Szynka rodzinna 50g Pomidor b/s 70g Roszponka 30g

II śniadanie cukrzyca: Koktajl mleczny bez cukru z truskawką 200 ml (7)

Obiad

Kapuśniak z kapusty kiszonej 300ml (1,7,9,10,12) Kotlet smażony z kurczaka 130g (1,3,7,10,12) Sos koperkowy (1,7,10) Ziemniaki 250g Brokuł gotowany 200g Kompot 250ml	Zupa dyniowa na słodko 300ml (1,7,9,10,12) Pulpet drobiowy 130g (1,3,10) Sos koperkowy (1,7,10) Ziemniaki 250g Brokuł gotowany 200g Kompot owocowy 250ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej 300 ml (1,9,10,12) Pulpet drobiowy 130g (1,3,10) Sos koperkowy (1,7,10) Ziemniaki 250g Brokuł gotowany 200g Kompot owocowy 250ml Surówka wielowarzywna 150g (9,10,12)	Zupa dyniowa na słodko 300ml (1,7,9,10,12) Pulpet drobiowy 130g (1,3,10) Sos koperkowy (1,7,10) Ziemniaki 250g Brokuł gotowany 200g Kompot owocowy 250ml	Zupa dyniowa na słodko 300ml (1,7,9,10,12) Pulpet drobiowy 130g (1,3,10) Sos koperkowy (1,7,10) Ziemniaki 250g Seler gotowany 200g Kompot owocowy 250ml
--	---	--	---	--

Podwieczorek cukrzyca: jabłko 1 szt

Kolacja

Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Szynka szkolna 50g (6,7,9,10,12) Pomidor 70g Ogórek konserwowy 30g (12)	Masło 15 g (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Herbata 250ml Szynka szkolna 50g (6,7,9,10,12) Pomidor 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Herbata 250ml Szynka szkolna 50g (6,7,9,10,12) Pomidor 70g Ogórek konserwowy 30g (12)	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Szynka szkolna 70g (6,7,9,10,12) Pomidor 70g Mix sałat 30g	Masło 15 g (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Herbata 250ml Szynka szkolna 50g (6,7,9,10,12) Pomidor b/s 70g Mix sałat 30g
--	---	---	---	---

II kolacja: sok jabłkowy 200ml(12) , cukrzyca: twarożek naturalny 100g(7)