

## 01.01.2024r. Poniedziałek

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata Pomidorki koktajlowe 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata Pomidor b/z skórki 70g	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata Pomidorki koktajlowe 70g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 70g. Sałata Pomidor b/z skórki 70g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata Pomidor b/z skórki 70g

### II śniadanie cukrzycowe- Owoc

#### Obiad

Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Gulasz drobiowy w sosie serowo-ziołowym 130g/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka z groszkiem 200g.  Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Gulasz drobiowy w sosie ziołowym 130g/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g.  Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Gulasz drobiowy w sosie serowo-ziołowym 130g/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka z groszkiem 200g.  Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Gulasz drobiowy w sosie ziołowym 130g/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g.  Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Gulasz drobiowy w sosie ziołowym 130g/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g.  Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

### Podwieczorek cukrzycowy- Biskopity bez cukru (9)

#### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa biała drobiowa 80g. Ćwikła z chrzanem Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 100g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa biała drobiowa 80g. Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa biała drobiowa 80g. Ćwikła z chrzanem Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 100g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa biała drobiowa 80g. Wędlina 20g. Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa biała drobiowa 80g. Sałatka ryżowa z zieloną pietruszką 100g b/z majonezu. (3)
--	--	--	---	---

### II kolacja: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt

Energia : 2134.61 kcal; Białko ogółem: 79.17 g; Tłuszcz: 89.25 g; Węglowodany ogółem: 265.2g; Witamina C: 91.67 mg; Wapń: 851.43 mg; Sód: 3045.76 mg; Żelazo: 9.31mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.04 g; Cholesterol: 341.55 mg; Błonnik pokarmowy: 21.43 g;



### **03.01.2024r. Środa**

#### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser topiony 50g. (7) Sałata Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Sałata Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Sałata Owoc	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Wędlna 20g. Sałata Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Sałata Dżem 20g.

#### II śniadanie cukrzycowe- Biskopiy b/z cukru

#### Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9) Spaghetti z serem 250/150g. (1,3,7)	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Spaghetti 250/150g. (1,3,7)	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Spaghetti 250/150g. (1,3,7)	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Spaghetti 250/150g. (1,3,7)	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Spaghetti 250/150g. (1,3,7)
Kompot 250ml	Kompot 250ml.	Kompot b/cukru 250ml.	Kompot 250ml.	Kompot 250ml.

#### Podwieczorek cukrzycowy – Kasza manna b/z cukru

#### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlna 50g. Salami wieprzowe 20g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlna 50g. Ser Fromage 20g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlna 50g. Salami wieprzowe 20g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlna 70g. Ser Fromage 20g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlna 50g. Ser Fromage 20g. Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	--

#### II Kolacja: Kisiel truskawkowy

Energia : 2089.87 kcal; Białko ogółem: 94.81 g; Tłuszcz: 68.21g; Węglowodany ogółem: 268.51 g; Witamina C: 75.89 mg; Wapń: 876.89 mg; Sód: 2487.21 mg; Żelazo: 12.61mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.01 g; Cholesterol: 189.27 mg; Błonnik pokarmowy: 18.39 g;

## 04.01.2024r. Czwartek

### Śniadanie

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

### II śniadanie cukrzycowe- Suchary (1)

### Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony z pieczarkami i cebulką 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (1,7,9) Zrazik mielony wieprzowy 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (1,7,9) Zrazik mielony wieprzowy 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (1,7,9) Zrazik mielony wieprzowy 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (1,7,9) Zrazik mielony wieprzowy 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g.
Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot b/c 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml

### Podwieczerek cukrzycowy – Owoc

### Kolacja

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

### II kolacja: Kefir 200ml (7)

Energia : 2128.71 kcal; Białko ogółem: 92.31g; Tłuszcz: 78.56 g; Węglowodany ogółem: 301.02 g; Witamina C: 75.21 mg; Wapń: 791.46 mg; Sód: 2879.88 mg; Żelazo: 7.81mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.55 g; Cholesterol: 367.54 mg; Błonnik pokarmowy: 13.21 g;

## 05.01.2024r. Piątek

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta Bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek topiony 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 50g. (7) Pomidor 70g. Owoc	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 50g. (7) Wędlina 20g. Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

### II śniadanie cukrzycowe- Jogurt naturalny (7)

### Obiad

Krupnik 300ml. (1,7,9) Śledź w śmietanie 130g/100g. (4,7) Ziemniaki 250g. Sałata  Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,7,9) Zrazik rybny z warzywami w sosie pomidorowym 130g/100g. (4,7) Ziemniaki 250g. Sałata  Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,7,9) Zrazik rybny z warzywami w sosie pomidorowym 130g/100g. (4,7) Ziemniaki 250g. Sałata  Kompot 250ml b/z cukru	Krupnik 300ml. (1,7,9) Zrazik rybny z warzywami w sosie pomidorowym 130g/100g. (4,7) Ziemniaki 250g. Sałata  Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,7,9) Zrazik rybny z warzywami w sosie pomidorowym 130g/100g. (4,7) Ziemniaki 250g. Sałata  Kompot 250ml
---	--	--	--	--

### Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek z rzodkiewką 70g. (7) Ryba w galarecie 100g. (4)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Pomidor b/z skórki 70g Twarożek 50g. (7) Ryba w galarecie 100g. (4)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek z rzodkiewką 70g. (7) Ryba w galarecie 100g. (4)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek 50g. (7) Wędlina 20g. Ryba w galarecie 100g. (4) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Pomidor b/z skórki 70g Twarożek 50g. (7) Ryba w galarecie 100g. (4)
---	--	---	--	---

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

Energia : 2056.87 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 87.78 g; Węglowodany ogółem: 243.28 g; Witamina C: 57.13 mg; Wapń: 657.81 mg; Sód: 3124.45 mg; Żelazo: 13.24mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.67 g; Cholesterol: 348.56 mg; Błonnik pokarmowy: 22.95g;

## **06.01.2024r. Sobota**

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 50g. Wędlina 20g. Ogórek konserwowy 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 50g. Wędlina 20g. Ogórek konserwowy 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 70g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

### II śniadanie cukrzycowe - owoc

### Obiad

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

### Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka warzywna 100g. (3,9) Szynka konserwowa 30g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9) Szynka konserwowa 30g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9) Szynka konserwowa 30g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9) Szynka konserwowa 50g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka warzywna b/z majonezu i groszku 100g. (3,9) Szynka konserwowa 30g. Sałata
--	---	---	--	--

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

Energia : 1995.89 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 79.99 g; Węglowodany ogółem: 289.67 g; Witamina C: 79.67 mg; Wapń: 789.99 mg; Sód: 4056.56 mg; Żelazo: 10.25mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.48 g; Cholesterol: 388.98 mg; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;

## **07.01.2024r. Niedziela**

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlna 50g. Papryka 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlna 50g. Pomidor b/z skórki 70g	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlna 50g. Papryka 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlna 70g. Pomidor b/z skórki 70g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 50g. (7) Wędlna 50g. Pomidor b/z skórki 70g

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

### Obiad

Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Surówka z modrej kapusty 200g.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Warzywa gotowane 200g.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Surówka z modrej kapusty 200g.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Warzywa gotowane 200g.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Warzywa gotowane 200g.
Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot b/c 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml

### Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

### Kolacja

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

**II kolacja:** Budyń o smaku waniliowym b/c 200ml (7).

Dieta cukrzycowa: Jogurt naturalny 2% tł 150g (7), pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (1).

Energia : 2148.68 kcal; Białko ogółem: 76.55 g; Tłuszcz: 83.41 g; Węglowodany ogółem: 279.87g; Witamina C: 86.55 mg; Wapń: 821.87 mg; Sód: 2456.87 mg; Żelazo: 15.21mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.05 g; Cholesterol: 289.96 mg; Błonnik pokarmowy: 18.77 g;

## 08.01.2024r. Poniedziałek

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy w kostce 50g. (7) Dżem 20g. Ogórek zielony	Herbata 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy w kostce 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy w kostce 50g. (7) Wędlina 20g. Ogórek zielony	Herbata 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy w kostce 50g. (7) Wędlina 20g. Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy w kostce 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

### II śniadanie cukrzycowe – pieczywo chrupkie (1)

### Obiad

Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Pulpety gotowane w sosie chrzanowym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Buraczki z jabłkiem 150g.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Pulpety gotowane w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 150g.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Pulpety gotowane w sosie chrzanowym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Buraczki z jabłkiem 150g.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Pulpety gotowane w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 150g.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Pulpety gotowane w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 150g.
Kompot 250ml.	Kompot 250ml.	Kompot b/c 250ml.	Kompot 250ml.	Kompot 250ml

### Podwieczorek cukrzycowy- Owoc

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 20g. Kabanos drobiowy 50g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 20g. Serek Fromage 50g. (7) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 20g. Kabanos drobiowy 50g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek Fromage 50g. (7) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 20g. Serek Fromage 50g. (7) Sałata
--	--	--	---	---

**II kolacja:** Koktajl bananowy 200 ml (7), wafle ryżowe 30g.

Dieta cukrzycowa: Maślanka 150ml (7), migdały 20g (5).

Energia : 2321.88 kcal; Białko ogółem: 91.21 g; Tłuszcz: 69.49 g; Węglowodany ogółem: 284.56g; Witamina C: 87.14 mg; Wapń: 713.31 mg; Sód: 2567.87 mg; Żelazo: 15.21mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.08g; Cholesterol: 307.11 mg; Błonnik pokarmowy: 18.91 g;



## 09.01.2024r. Wtorek

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata Jogurt naturalny 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Sałata Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata Jogurt owocowy 1 szt.

### II śniadanie cukrzycowe- Kisiel z jabłkami (1)

### Obiad

Zupa z czerwonej soczewicy 300ml. (9) Kotlet z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Pierś z kurczaka duszona 130g/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml. (9) Pierś z kurczaka duszona 130g/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki z jabłkiem 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Pierś z kurczaka duszona 130g/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Pierś z kurczaka duszona 130g/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml
--	---	---	---	---

### Podwieczorek cukrzycowy–Owoc

### Kolacja

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

**II kolacja:** Jogurt owocowy 150g. (7)

Cukrzyca: jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2134.58 kcal; Białko ogółem: 92.31 g; Tłuszcz: 87.67 g; Węglowodany ogółem: 287.21 g; Witamina C: 87.23 mg; Wapń: 767.95 mg; Sód: 2234.26 mg; Żelazo: 12.38mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.08g; Cholesterol: 378.69 mg; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;

## **10.01.2024r. Środa**

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300g. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Ser topiony 50g. (7) Marmolada owocowa 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300g. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Ser biały 50g. (7) Marmolada owocowa 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300g. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Ser biały 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Ser biały 50g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Ser biały 50g. (7) Marmolada owocowa 20g. Sałata

### II śniadanie cukrzycowe – Sok warzywny (9)

### Obiad

Zupa grochowa 300ml.(9) Łazanki z mięsem i kapustą 250g.(1,3)	Zupa brokułowa 300ml.(1,7,9) Łazanki z mięsem i warzywami 250g.(1,3)	Zupa grochowa 300ml.(9) Łazanki z mięsem i kapustą 250g.(1,3)	Zupa brokułowa 300ml.(1,7,9) Łazanki z mięsem i warzywami 250g. (1,3)	Zupa grysikowa 300ml.(1,7,9) Łazanki z mięsem i warzywami 250g. (1,3)
Kompot 250ml.	Kompot 250ml.	Kompot b/z cukru 250ml.	Kompot 250ml.	Kompot 250ml.

### Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo ryżowe

### Kolacja

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

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

**Cukrzyca:** Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Energia : 2015.89 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 81.67 g; Węglowodany ogółem: 272.33 g; Witamina C: 78.98 mg; Wapń: 876.67 mg; Sód: 2987.21 mg; Żelazo: 8.72mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.51 g; Cholesterol: 367.21 mg; Błonnik pokarmowy: 18.91 g;