

11.01.2025r. Sobota

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 40g. Ser Camembert 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 40g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 40g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 60g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 40g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa krupnik 300ml. (1,9) Bigos 200g. Ziemniaki 250g. Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,9) Ziemniaki 250g. Sos mięsny 130/100g. (1) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,9) Ziemniaki 250g. Sos mięsny 130/100g. (1) Surówka z marchewki 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,9) Ziemniaki 250g. Sos mięsny 130/100g. (1) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,9) Ziemniaki 250g. Sos mięsny 130/100g. (1) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	---

Podwieczerek cukrzycowy- Jogurt naturalny 150g. (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką i ogórkiem zielonym 100g. (1,3) Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką i pomidorkiem b/z majonezu 100g. (1,3) Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką i pomidorkiem b/z majonezu 100g. (1,3) Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką i pomidorkiem b/z majonezu 100g. (1,3) Szynka konserwowa 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z gotowanymi warzywami i szynką 100g. (1) Szynka konserwowa 50g.
--	---	---	--	--

II kolacja: budyń z sokiem 150g. (1,7)

Cukrzyca: budyń b/z cukru 150g. (1,7)

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; Sól: 2675.56 mg; Żelazo: 15.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 332.44 mg; Błonnik pokarmowy: 18.41 g;

12.01.2024r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 20g. Ketchup 10g. (9) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 40g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1) Ryż 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1) Ryż 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1) Ryż 200g. Kompot b/cukru 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1) Ryż 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1) Ryż 200g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Serek homogenizowany naturalny 150g.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g.(1) Masło 15g.(7) Salami wieprzowe 30g. (7) Wędlina 20g. Sałatka z buraka z ogórkiem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałatka z buraka z rukolą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałatka z buraka z ogórkiem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 70g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałatka z buraka z rukolą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałatka z buraka z rukolą 100g.
---	--	--	---	---

II kolacja: Kaszka manna z sokiem 150g. (1,7)

Cukrzyca: kaszka manna b/z cukru 150g. (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; Sól: 8200.63 mg; Żelazo: 14.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.41 g; Cholesterol: 221.55 mg; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

13.01.2025r. 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 biały 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Twaróg w kostce 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 50g. (7) Wędlna 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 50g. (7) Wędlna 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Twaróg w kostce 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie serowo-ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki gotowane 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

Kolacja

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

II kolacja: Sałatka ziemniaczana 100g. (3,9)

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

14.01.2025r. 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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Wędlina 40g. Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 40g. Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 40g. Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 60g. Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- jogurt naturalny 150g. (7)

Obiad

Zupa ziemniaczana z koperkiem 300ml. (1,7,9) Gołąbek w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 200g. Brokuły gotowane 100g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300ml. (1,7,9) Zrazik gotowany w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 200g. Brokuły gotowane 100g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300ml. (1,7,9) Zrazik gotowany w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 200g. Brokuły gotowane 100g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300ml. (1,7,9) Zrazik gotowany w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 200g. Brokuły gotowane 100g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300ml. (1,7,9) Zrazik gotowany w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 200g. Marchew gotowana 100g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Sok warzywny 250ml. (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 40g. Wędlina 30g. Papryka czerwona 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Paszтет zapiekany 40g. Wędlina 30g. Papryka czerwona 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 60g. Pomidor b/z skórki 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)
---	--	--	--	---

II kolacja: Budyń z sokiem 150g. (1,7)

Cukrzyca: budyń b/z cukru 150g. (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; Sól: 2806.21 mg; Żelazo: 7.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Cholesterol: 139.41 mg; Błonnik pokarmowy: 22.01 g

15.01.2025r. Środa

Śniadanie

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

II śniadanie cukrzycowe- Serek wiejski 150g. (7)

Obiad

Zupa rosolnik 300ml. (9) Makaron 200g. (1) Sos bolognese z mięsem drobiowym 130/100g. (1) Kompot 250ml	Zupa rosolnik 300ml. (9) Makaron 200g. (1) Sos bolognese z mięsem drobiowym 130/100g. (1) Kompot 250ml	Zupa rosolnik 300ml. (9) Makaron pełnoziarnisty 200g. (1) Sos bolognese z mięsem drobiowym 130/100g. (1) Kompot 250ml b/z cukru	Zupa rosolnik 300ml. (9) Makaron pełnoziarnisty 200g. (1) Sos bolognese z mięsem drobiowym 130/100g. (1) Kompot 250ml	Zupa rosolnik 300ml. (9) Makaron pełnoziarnisty 200g. (1) Sos bolognese z mięsem drobiowym 130/100g. (1) Kompot 250ml
---	---	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa 1 szt. Wędlina 20g. Sałatka ziemniaczana 70g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa 1 szt. Wędlina 20g. Sałatka ziemniaczana 70g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa 1 szt. Wędlina 20g. Sałatka ziemniaczana 70g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa 1 szt. Wędlina 20g. Sałatka ziemniaczana 70g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa 1 szt. Wędlina 20g. Sałatka ziemniaczana 70g. (9)
---	---	---	---	---

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Cukrzyca: jogurt naturalny 150g. (7)

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; Sól: 3675.56 mg; Żelazo: 9.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 718.44 mg; Błonnik pokarmowy: 16.41 g

16.01.2025r. 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 40g. Sałata z papryką 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 40g. Sałata z pomidorem 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 20g. (7) Wędlina 40g. Sałata z papryką 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Sałata z pomidorem 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 40g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)

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

Obiad

Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml. (7,9) Karkówka gotowana w sosie chrzanowym 130/100g. (1,9) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml. (7,9) Karkówka gotowana w sosie mlecznym 130/100g. (1,9) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 150g. (9) Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml. (7,9) Karkówka gotowana w sosie chrzanowym 130/100g. (1,9) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa kalafiorowa z ryżem 300ml. (7,9) Karkówka gotowana w sosie mlecznym 130/100g. (1,9) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 150g. (9) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Filet z piersi kurczaka gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,9) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 150g. (9) Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy- Biszkopty b/z cukru 30g. (1,3)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Wędlina 20g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Wędlina 20g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Wędlina 20g. Sałata 30g.
--	--	--	--	---

II kolacja: Deser mleczny 150g. (1,7)

Cukrzyca: jogurt naturalny 150g. (7)

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; Sól: 2364.35 mg; Żelazo: 9.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Cholesterol: 426.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.27 g

17.01.2025r. Piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser Camembert 20g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Ser Camembert 20g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe- Biszkopty b/z cukru 30g. (1,3)

Obiad

Barszcz z makaronem 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml	Barszcz z makaronem 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Barszcz z makaronem 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki z jabłkiem 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Barszcz z makaronem 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Barszcz z makaronem 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml
---	--	---	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 50g. (4,9) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 50g. (4,9) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 50g. (4,9) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 50g. (4,9) Ser kanapkowy 40g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 50g. (4,9) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami b/z skórki 70g.
--	---	--	--	--

II kolacja: kisiel z jabłkiem 150g.

Cukrzyca: Kisiel b/z cukru 150g.

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; Sól: 2593.23 mg; Żelazo: 7.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.10 g; Cholesterol: 163.08 mg; Błonnik pokarmowy: 22.63 g

18.01.2025r. Sobota

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) Paszтет zapiekany 40g. Wędlina 20g. Ogórek świeży 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 40g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 40g. Ogórek świeży 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 40g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – Owoc 1 szt.

Obiad

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

Podwieczorek cukrzycowy- Jogurt naturalny 150g. (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Bigos 70g. Parówka drobiowa 70g. Ser kanapkowy 20g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna b/z majonezu 150g. (3,9) Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna b/z majonezu 150g. (3,9) Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna b/z majonezu 150g. (3,9) Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 40g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna b/z majonezu i b/z jajka 150g. (9) Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7)
--	---	---	---	---

II kolacja: Owoc

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; Sól: 2851.96 mg; Żelazo: 10.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.18 g; Cholesterol: 231.72 mg; Błonnik pokarmowy: 20.26g

19.01.2025r. Niedziela

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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 20g. Majonez 10g. (3) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 20g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe – Serek wiejski 150g. (7)

Obiad

Zupa szpinakowa 300ml.(1,7,9) Łopatka duszona 130g. (1) Ziemniaki 250g. Kapusta gotowana 150g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml.(1,7,9) Łopatka duszona 130g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml.(1,7,9) Łopatka duszona 130g. (1) Ziemniaki 250g. Kapusta gotowana 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa szpinakowa 300ml.(1,7,9) Łopatka duszona 130g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml.(1,7,9) Łopatka duszona 130g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta kanapkowa z soczewicy 50g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7) Ogórek świeży 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta kanapkowa warzywna 50g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta kanapkowa z soczewicy 50g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7) Ogórek świeży 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta kanapkowa warzywna 50g. (9) Ser kanapkowy 40g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta kanapkowa warzywna 50g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	--

II kolacja: Budyń z sokiem 150g. (1,7)

Cukrzyca: budyń b/z cukru 150g. (1,7)

20.01.2025r. Poniedziałek

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 twarogowy 50g. (7) Powidła 20g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 50g. (7) Powidła 20g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 50g. (7) Powidła 20g. Sałata z pomidorem 70g.

II śniadanie cukrzycowe – Biszkopty b/z cukru 30g. (1,3)

Obiad

Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony z cebulką 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z ogórka kiszzonego 150g. Kompot 250ml.	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z ogórka kiszzonego 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.
--	--	---	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g.(7) Sałatka z buraczków i ogórka zielonego 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g.(7) Sałatka z buraczków 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g.(7) Sałatka z buraczków i ogórka zielonego 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g.(7) Sałatka z buraczków 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g.(7) Sałatka z buraczków 70g.
---	--	---	--	--

II kolacja: jogurt owocowy 150g. (7)

Cukrzyca: jogurt naturalny 150g. (7)

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