

21.01.2025r. 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) Wędlina 40g. Majonez 10g. (3) Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 40g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 40g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 70g. Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 30g. (7) Wędlina 40g. Sałata

II śniadanie cukrzycowe – Jogurt naturalny 1 szt. (7)

Obiad

Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Kotlet z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś duszona 130g. (1,7) Ziemniaki 250g. Brokuł gotowany 150g. Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś duszona 130g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś duszona 130g. (1,7) Ziemniaki 250g. Brokuł gotowany 150g. Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś duszona 130g. (1,7) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowany 150g. Kompot 250ml.
---	---	--	---	--

Podwieczerek cukrzycowy- Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Salami wieprzowe 40g. Wędlina 20g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 40g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 40g. (7) Wędlina 20g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 40g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 40g. (7) Wędlina 20g. Pomidor b/z skórki 70g.
---	---	--	--	---

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

Cukrzyca: Kasza manna 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: 432.44 mg; Błonnik pokarmowy: 18.41 g;

22.01.2025r. Środa

Śniadanie

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

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

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Sos bolognese 130/100g. (1,3,7) Makaron 200g. (1,3) Ser 10g. (7) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Sos bolognese 130/100g. (1,3,7) Makaron 200g. (1,3) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Sos bolognese 130/100g. (1,3,7) Makaron brązowy 200g. (1,3) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Sos bolognese 130/100g. (1,3,7) Makaron 200g. (1,3) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Sos bolognese 130/100g. (1,3,7) Makaron 200g. (1,3) Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałatka warzywna 70g. (3,9) Szynka konserwowa 40g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałatka warzywna b/z majonezu 70g. (3,9) Szynka konserwowa 40g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałatka warzywna b/z majonezu 70g. (3,9) Szynka konserwowa 40g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałatka warzywna b/z majonezu 70g. (3,9) Szynka konserwowa 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałatka warzywna b/z majonezu i b/z jajka 70g. (9) Szynka konserwowa 40g.
--	---	---	--	--

II Kolacja: Kisiel z jabłkami 150g. (1)

Cukrzyca: Kisiel b/z cukru 150g. (1)

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: 3200.63 mg; Żelazo: 14.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.41 g; Cholesterol: 221.55 mg; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

23.01.2025r. 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) Serek Fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 20g. (7) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek Fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ryż brązowy 200g. Surówka z marchewki 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa z kaszką 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.
---	--	---	--	---

Podwieczorek cukrzycowy – Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Salceson biały z indyka 20g. Ogórek zielony 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) Wędlina 50g. Wędlina 50g. Salceson biały z indyka 20g. Ogórek zielony 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 50g. Pomidor b/z skórki 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)
--	---	--	--	---

II Kolacja: Sałatka makaronowa z ogórkiem i kukurydzą 150g. (1,3)

Dieta łatwostrawna: Sałatka makaronowa z pomidorem 150g. (1,3)

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: 2418.25 mg; Żelazo: 15.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.2 g; Cholesterol: 291.74 mg; Błonnik pokarmowy: 22.84 g

24.01.2025r. Piątek**Śniadanie**

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta z soczewicy 50g. (9) Powidła 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 50g. (7) Powidła 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta z soczewicy 50g. (9) Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 50g. (7) Powidła 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa brokułowa z kaszką 300ml. (1,3,7,9) Śledź w śmietanie 130/100g. (4,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml	Zupa brokułowa z kaszką 300ml. (1,3,7,9) Ryba gotowana w sosie cytrynowym 130/100g. (1,4,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa brokułowa z kaszką 300ml. (1,3,7,9) Ryba gotowana w sosie cytrynowym 130/100g. (1,4,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa brokułowa z kaszką 300ml. (1,3,7,9) Ryba gotowana w sosie cytrynowym 130/100g. (1,4,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,3,7,9) Ryba gotowana w sosie cytrynowym 130/100g. (1,4,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml
---	---	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy – Jogurt naturalny 150g. (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Ser żółty 20g. (7) Sałata z papryką 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z papryką 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 50g. (7) Sałata z pomidorem b/z skórki 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)
--	--	--	---	--

II kolacja: Owoc 1 szt.

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

25.01.2025r. Sobota

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,3) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Jogurt owocowy 150g. (7) Sałata 30g. Rzodkiewka 40g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,3) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Jogurt owocowy 150g. (7) Sałata 30g. Pomidor 40g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,3) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Jogurt naturalny 150g. (7) Sałata 30g. Rzodkiewka 40g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,3) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Jogurt owocowy 150g. (7) Sałata 30g. Pomidor 40g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,3) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Jogurt owocowy 150g. (7) Sałata 30g. Pomidor b/z skórki 40g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

Krupnik 300ml. (1,9) Bigos 130/100g. Ziemniaki 250g. Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,9) Gulasz drobiowy duszony 130g/100g. (1) Ziemniaki 250g. (1) Buraki gotowane 150g. Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,9) Gulasz drobiowy duszony 130g/100g. (1) Ziemniaki 250g. (1) Buraki gotowane 150g. Kompot 250ml b/z cukru	Krupnik 300ml. (1,9) Gulasz drobiowy duszony 130g/100g. (1) Ziemniaki 250g. (1) Buraki gotowane 150g. Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,9) Gulasz drobiowy duszony 130g/100g. (1) Ziemniaki 250g. (1) Buraki gotowane 150g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Kaszka manna b/z cukru 150g. (1,7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 1 szt. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7) Buraki z ogórkiem i cebulą 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 1 szt. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7) Buraki z rukolą 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 1 szt. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7) Buraki z ogórkiem i cebulą 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 1 szt. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 50g. (7) Buraki z rukolą 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa 1 szt. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7) Buraki z rukolą 70g.
--	---	--	--	--

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

26.01.2025r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser camembert 20g. (7) Szynka gotowana 50g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser camembert 20g. (7) Szynka gotowana 50g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy20g. (7) Szynka gotowana 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy20g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – Jogurt naturalny 150g. (7)

Obiad

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,9) Ryż 200g.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,9) Ryż 200g.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,9) Ryż brązowy 200g.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,9) Ryż 200g.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,9) Ryż 200g.
Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot b/z cukru 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml

Podwieczorek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Kabanos drobiowy 40g. Wędlina 40g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Kabanos drobiowy 40g. Wędlina 40g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Sałata z pomidorem 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)
---	--	---	---	--

II kolacja: Owoc 1 szt.

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

27.01.2025r. Poniedziałek

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) Ser topiony 20g. (7) Powidła 50g. Sałata z ogórkiem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 20g. (7) Powidła 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 20g. (7) Wędlna 50g. Sałata z ogórkiem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 20g. (7) Wędlna 70g. Sałata pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 20g. (7) Powidła 50g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

Zupa barszcz z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gołąbek w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g.	Zupa barszcz z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Zrazik w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Brokuł gotowany 150g.	Zupa barszcz z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Zrazik w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Brokuł gotowany 150g	Zupa barszcz z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Zrazik w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Brokuł gotowany 150g	Zupa barszcz z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Zrazik w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowany 150g
Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot b/z cukru 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml

Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 20g. Wędlna 50g. Ogórek kiszony 1 szt.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kiri 20g. (7) Wędlna 50g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kiri 20g. (7) Wędlna 50g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kiri 20g. (7) Wędlna 70g. Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kiri 20g. (7) Wędlna 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	---	--	--

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

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

28.01.2025r. 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) Jajo gotowane 1 szt. (3) Majonez (3) Wędlna 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlna 50g. Pomidor b/z skórki 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlna 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlna 70g. Pomidor b/z skórki 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Serek kanapowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 150g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy duszony 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Salceson z indyka 40g. Wędlna 20g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlna 50g. Serek kiri 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Salceson z indyka 40g. Wędlna 20g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlna 70g. Serek kiri 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlna 50g. Serek kiri 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	--

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

Cukrzyca: Kaszka manna b/z cukru 150g. (1,7)

Wartości odżywcze: 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

29.01.2025r. 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) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300g. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300g. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 20g. Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata

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

Obiad

Zupa z soczewicy z ziemniakami 300ml. (9) Kopytka ziemniaczane ze skwarkami 400g. (1,3) Kapusta gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,3,7,9) Kopytka ziemniaczane z masełkiem 400g. (1,3) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml	Zupa z soczewicy z ziemniakami 300ml. (9) Kopytka ziemniaczane z masełkiem 400g. (1,3) Surówka z marchewki 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,3,7,9) Kopytka ziemniaczane z masełkiem 400g. (1,3) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,3,7,9) Kopytka ziemniaczane z masełkiem 400g. (1,3) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy–Marchewka w słupkach 30g.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Parówka na ciepło 1 szt. Serek Hochland 20g. (7) Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Parówka na ciepło 1 szt. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Parówka na ciepło 1 szt. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Parówka na ciepło 1 szt. Serek kanapkowy 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Parówka na ciepło 1 szt. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	---	--	--

II kolacja: Sałatka makaronowa z ogórkiem i kukurydzą 100g.

Diety lekkostrawne: Sałatka makaronowa z pomidorem 100g.

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; Sól: 3472.56 mg; Żelazo: 9.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 318.44 mg; Błonnik pokarmowy: 14.41

30.01.2025r. 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) Wędlina 50g. Ser żółty 20g (7) Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser Fromage 20g (7) Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser Fromage 20g (7) Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Ser Fromage 20g (7) Sałata	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser Fromage 20g (7) Sałata

II śniadanie cukrzycowe – Owoc 1 szt.**Obiad**

Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kotlet schabowy 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Kalafior gotowany 150g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Kalafior gotowany 150g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml.
--	---	--	---	--

Podwieczorek cukrzycowy – Sok warzywny 250ml. (9)**Kolacja**

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

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

Cukrzyca: Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Wartości odżywcze: 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

31.01.2025r. Piątek

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) Twarożek z rzodkiewką 70g. (7) Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g. Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Twarożek z rzodkiewką 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 30g. Ser twarogowy 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g. Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g. Dżem 20g.

II śniadanie cukrzycowe – Owoc 1 szt.

Obiad

Żurek ziemniakami 300ml. (1,7,9) Jajko sadzone 2 szt. (3) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa z bułką tartą i masełkiem 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.	Żurek ziemniakami 300ml. (1,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo ryżowe

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna 40g. (4) Jajko 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Rzodkiewki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna 40g. (4) Jajko 1 szt. (3) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna 40g. (4) Jajko 1 szt. (3) Rzodkiewki 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna 40g. (4) Jajko 1 szt. (3) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kiri 20g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	--

II Kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Wartości odżywcze: 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; Sól: 3241.85 mg; Żelazo: 21.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.51 g; Cholesterol: 267.81 mg; Błonnik pokarmowy: 23.61g