

## 21.06.2024r. Piątek

### 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 topiony 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 50g. (7) Pomidor 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 50g. (7) Jogurt naturalny 150g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

### II śniadanie cukrzycowe- Owoc

### Obiad

Kapuśniak 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g.  Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Marchewka gotowana 150g.	Kapuśniak 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe pełnoziarniste z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g.	Zupa pomidorowa 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Marchewka gotowana 150g.  Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Marchewka gotowana 150g.  Kompot 250ml.
---	---	---	--	--

### Podwieczorek cukrzycowy- pieczywo chrupkie 30g. (1)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 100g. (1,3,7) Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (1,3,7) Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (1,3,7) Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (1,3,7) Ser fromage 50g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka ryżowa z kurczakiem 100g. (1,3,7) Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.
--	---	---	--	---

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

Dieta cukrzycowa: jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2279.22 kcal; Białko ogółem: 88.24 g; Tłuszcz: 96.76 g; Węglowodany ogółem: 290.84 g; Witamina C: 135.42 mg; Wapń: 855.66 mg; Sód: 3221.46 mg; Żelazo: 12.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.07 g; Cholesterol: 493.38 mg; Błonnik pokarmowy: 28.27 g

## **22.06.2024r. Sobota**

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – Sok wielowarzywny 200ml. (9)

### Obiad

Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Bigos 130/100g. Ziemniaki 250g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 200g. Kompot b/cukru 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Kurczak gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	--

Podwieczerek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor b/z skórki 70g. Sałata 30g.
---	---	---	---	--

**II kolacja:** Mus owocowy 150g.

Dieta cukrzycowa: Owoc

Energia : 2006.89 kcal; Białko ogółem: 99.08 g; Tłuszcz: 81.91 g; Węglowodany ogółem: 239.43 g; Witamina C: 108.94 mg; Wapń: 871.15 mg; Sód: 2390.56 mg; Żelazo: 10.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.54 g; Cholesterol: 343.37 mg; Błonnik pokarmowy: 22.19 g

## 23.06.2024r. Niedziela

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata 30g. Dżem owocowy 20g.

### II śniadanie cukrzycowe- Owoc

### Obiad

Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,7) Ryż brązowy 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

### Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie (1)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Kabanos drobiowy 30g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kiri 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Kabanos drobiowy 30g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Serek kiri 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kiri 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	---	--

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

Diety lekkostrawne: Sałatka jarzynowa b/z majonezu 100g. (3,9)

Energia : 2334.07 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 82.33 g; Węglowodany ogółem: 333.71 g; Witamina C: 139.10 mg; Wapń: 690.54 mg; Sód: 2443.14 mg; Żelazo: 13.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.48 g; Cholesterol: 436.77 mg; Błonnik pokarmowy: 33.55 g

## **24.06.2024r. Poniedziałek**

### Śniadanie

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

II śniadanie cukrzycowe- Kasza manna b/z cukru (7)

### Obiad

Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) A'la gołąbki w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Zrazik wieprzowy w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Zrazik wieprzowy w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Zrazik wieprzowy w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Zrazik wieprzowy w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z warzywami 100g. (9) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z warzywami 100g. (9) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z warzywami 100g. (9) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z warzywami 100g. (9) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z warzywami 100g. (9) Pomidor 70g.
--	---	--	--	--

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

Cukrzyca: Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Energia : 2020.02 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 108.79 g; Węglowodany ogółem: 208.43 g; Witamina C: 218.39 mg; Wapń: 900.83 mg; Sód: 3546.49 mg; Żelazo: 11.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.45 g; Cholesterol: 268.32 mg; Błonnik pokarmowy: 26.78 g

## **25.06.2024r. Wtorek**

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

### II śniadanie cukrzycowe- Owoc

### Obiad

Zupa pieczarkowa 300ml. (1,7,9) Udziec z indyka duszony 150g. Kasza 200g. (1) Buraczki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa rosolnik 300ml. (1,7,9) Udziec z indyka duszony 150g. Kasza 200g. (1) Buraczki 200g. Kompot 250ml	Zupa pieczarkowa 300ml. (1,7,9) Udziec z indyka duszony 150g. Kasza 200g. (1) Buraczki 200g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa rosolnik 300ml. (1,7,9) Udziec z indyka duszony 150g. Kasza 200g. (1) Buraczki 200g. Kompot 250ml	Zupa rosolnik 300ml. (1,7,9) Udziec z indyka duszony 150g. Kasza 200g. (1) Buraczki 200g. Kompot 250ml
--	--	---	--	--

### Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Salceson biały z indyka 50g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor z rukolą 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Salceson biały z indyka 50g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Pomidor z rukolą 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki z rukolą 70g.
--	--	--	---	--

### II kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Energia : 2159.91 kcal; Białko ogółem: 72.39 g; Tłuszcz: 77.53 g; Węglowodany ogółem: 319.76 g; Witamina C: 95.00 mg; Wapń: 699.42 mg; Sód: 3157.55 mg; Żelazo: 12.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.10 g; Cholesterol: 594.81 mg; Błonnik pokarmowy: 28.83 g

## 26.06.2024r. Środa

### 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) Ser topiony 50g. (7) Dżem 20g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 50g. (7) Wędlina 30g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Wędlina 30g. Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.

### II śniadanie cukrzycowe – Owoc

### Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9) Leczo pieczarkowe z mięsem 130/100g. (1,9) Makaron 200g. (1,3) Kompot 250ml	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z mięsem 130/100g. (1,9) Makaron 200g. (1,3) Kompot 250ml	Zupa grochowa 300ml. (9) Leczo pieczarkowe z mięsem 130/100g. (1,9) Makaron razowy 200g. (1,3) Kompot b/z cukru 250ml	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z mięsem 130/100g. (1,9) Makaron 200g. (1,3) Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z mięsem 130/100g. (1,9) Makaron 200g. (1,3) Kompot 250ml
---	---	--	---	---

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

### Kolacja

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

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

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

Energia : 2174.12 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 64.13 g; Węglowodany ogółem: 354.24 g; Witamina C: 360.13 mg; Wapń: 717.06 mg; Sód: 2713.57 mg; Żelazo: 16.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.02 g; Cholesterol: 270.42 mg; Błonnik pokarmowy: 45.98 g

## 27.06.2024r. Czwartek

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser żółty 50g. (7) Wędlna 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlna 20g. Pomidor b/z skórki 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 50g. (7) Wędlna 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlna 50g. Pomidor b/z skórki 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlna 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

### Obiad

Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Kotlet z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z młodej kapusty 200g. Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie serowo ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z młodej kapusty 200g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
--	---	--	---	---

### Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Jajko 1 szt. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Sałata lodowa z pomidorkami b/z skórki 100g.
---	---	---	--	--

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

Dieta cukrzycowa: galaretka owocowa b/z cukru 150g

Energia : 2233.24 kcal; Białko ogółem: 78.62 g; Tłuszcz: 80.89 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; Witamina C: 95.83 mg; Wapń: 627.95 mg; Sód: 2743.00 mg; Żelazo: 10.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.76 g; Cholesterol: 357.67 mg; Błonnik pokarmowy: 27.78 g

## 28.06.2024r. Piątek

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser biały w kostce 70g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser biały w kostce 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Ser biały w kostce 70g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser biały w kostce 70g. Jogurt naturalny 150g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Ser biały w kostce 70g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – pieczywo chrupkie (1)

### Obiad

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Kotlet mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Sałata 30g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Sałata 30g. Kompot 250ml.	Krupnik 300ml. (1,9) Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Sałata 30g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Ser żółty 50g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 50g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Ser żółty 50g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	---	--

II kolacja: Koktajl owocowy 200ml. (7)

Dieta cukrzycowa: Kefir 200ml. (7)

Energia : 2419.25 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 74.74 g; Węglowodany ogółem: 363.24 g; Witamina C: 161.34 mg; Wapń: 770.53 mg; Sód: 2281.22 mg; Żelazo: 14.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.99 g; Cholesterol: 680.47 mg; Błonnik pokarmowy: 33.07 g

## **29.06.2024r. Sobota**

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Wędlina 50g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 70g. (3) Wędlina 50g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 70g. (3) Wędlina 50g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 70g. (3) Wędlina 70g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 50g. Sałata

### II śniadanie cukrzycowe- Biskopity b/z cukru (7)

### Obiad

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

### Podwieczorek cukrzycowy–Owoc

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałatka warzywna 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałatka warzywna b/z majonezu i b/z jajka 100g. (3,9)
---	---	---	---	---

**II kolacja:** Budyń czekoladowy 150g. (1,7)

Dieta cukrzycowa: budyń czekoladowy b/z cukru 150g. (1,7)

Energia : 2324.50 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 85.49 g; Węglowodany ogółem: 276.02 g; Witamina C: 89.13 mg; Wapń: 723.23 mg; Sód: 2897.56 mg; Żelazo: 10.31mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.01 g; Cholesterol: 321.28 mg; Błonnik pokarmowy: 15.43 g;

## **30.06.2024r. Niedziela**

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

### Obiad

Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Gulasz wieprzowy 180g. (1) Kasza 200g. Buraczki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Gulasz wieprzowy 180g. (1) Kasza 200g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Gulasz wieprzowy 180g. (1) Kasza 200g. Buraczki z jabłkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Gulasz wieprzowy 180g. (1) Kasza 200g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Gulasz drobiowy 180g. (1) Kasza 200g. Buraczki z gotowane 200g. Kompot 250ml
--	--	---	--	---

Podwieczorek cukrzycowy–Jogurt naturalny 150g. (7)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Salami 30g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kiri 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Salami 30g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Serek kiri 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kiri 30g. (7) Pomidor b/z skorki 70g.
--	---	--	--	---

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

Dieta cukrzycowa: 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; Sód: 3675.56 mg; Żelazo: 15.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 432.44 mg; Błonnik pokarmowy: 18.41 g;