

21.04.2024r. 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) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata 20g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 20g. Sałata 20g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata 20g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 40g. Sałata 20g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 20g. Sałata 20g. |

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| Rosół z makaronem 300ml. (7,9) Udko z indyka 1 szt. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 150g. Kompot 250ml. | Rosół z makaronem 300ml. (7,9) Udko z indyka 1 szt. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml. | Rosół z makaronem 300ml. (7,9) Udko z indyka 1 szt. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml. | Rosół z makaronem 300ml. (7,9) Udko z indyka 1 szt. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml. | Rosół z makaronem 300ml. (7,9) Udko z indyka gotowane 1 szt. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml. |
|--|--|--|--|---|

Podwieczerek cukrzycowy- pieczywo chrupkie 30g. (1)

Kolacja

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

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: 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; Sód: 2339.87mg; Żelazo: 12.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.25 g; Cholesterol: 226.88mg; Błonnik pokarmowy: 23.47g

22.04.2024r. Poniedziałek

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) Marmolada owocowa 25g. Sałata | Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 70g. (7) Marmolada owocowa 25g. Sałata | Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g. Wędlina 50g. | Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 70g. (7) Marmolada owocowa 25g. Sałata |

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

Obiad

| | | | | |
|---|---|--|---|--|
| Kapuśniak 300ml. (7,9) Kotlet mielony z pieczarkami 130g. Ziemniaki 250g. Buraczki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml. | Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Zrazik wieprzowy w sosie śmietanowym 130g/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 150g. Kompot 250ml. | Kapuśniak 300ml. (7,9) Zrazik wieprzowy w sosie śmietanowym 130g/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 150g. Kompot b/cukru 250ml. | Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Zrazik wieprzowy w sosie śmietanowym 130g/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 150g. Kompot 250ml. | Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Zrazik wieprzowy w sosie mlecznym 130g/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 150g. Kompot 250ml. |
|---|---|--|---|--|

Podwieczerek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

Kolacja

| | | | | |
|---|--|--|---|--|
| Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z warzywami 80g. (9) Ser fromage 20g. (7) Ogórek zielony 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 80g. (9) Ser fromage 20g. (7) Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 80g. (9) Ser fromage 20g. (7) Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 80g. (9) Ser fromage 50g. (7) Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 80g. (9) Ser fromage 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g. |
|---|--|--|---|--|

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. (7,1,3).

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

23.04.2024r. 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) Ser żółty 50g. (7) Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7) | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser Fromage 50g. (7) Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7) | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser Fromage 50g. (7) Sałata 30g. Jogurt naturalny 150g. (7) | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser Fromage 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7) | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser Fromage 50g. (7) Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7) |

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Kotlet z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot 250ml | Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pierś duszona w sosie własnym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml. | Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pierś duszona w sosie własnym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot b/cukru 250ml. | Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pierś duszona w sosie własnym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml. | Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pierś duszona w sosie własnym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml. |
|---|---|---|---|---|

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie (1)

Kolacja

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 70g. Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor 70g. |
|--|---|--|--|--|

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

Cukrzyca: Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

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

24.04.2024r. Środa

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 twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g. | Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g. | Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Jajko 1 szt. (3) Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g. |

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

Obiad

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| Zupa z czerwonej soczewicy 300ml. (9) Spaghetti z serem 400g. (1,3,7) Kompot 250ml | Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml | Zupa z czerwonej soczewicy 300ml. (9) Spaghetti z serem (makaron razowy) 400g. (1,3,7) Kompot b/c 250ml | Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml | Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml |
|--|---|---|---|---|

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc

Kolacja

| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka ziemniaczana 80g. (3,9) Wędlina 20g. Ogórek zielony 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka ziemniaczana b/z majonezu 80g. (3,9) Wędlina 20g. Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka ziemniaczana b/z majonezu 80g. (3,9) Wędlina 20g. Ogórek zielony 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka ziemniaczana b/z majonezu 80g. (3,9) Wędlina 50g. Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka ziemniaczana b/z majonezu i b/z jajka 80g. (9) Wędlina 20g. Pomidor b/z skórki 70g. |
|---|---|--|--|---|

II kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Energia : 2023.24 kcal; Białko ogółem: 78.82 g; Tłuszcz: 89.01 g; Węglowodany ogółem: 242.63 g; Witamina C:81.65 mg; Wapń: 823.97 mg; Sód: 2851.96 mg; Żelazo: 8.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.20 g; Cholesterol: 531.72 mg; Błonnik pokarmowy: 16.20 g

25.04.2024r. 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 50g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kiri 20g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kiri 20g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kiri 20g. (7) Wędlina 20g. Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kiri 20g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g. |

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Stek z cebulką 130g. (1) Ziemniaki 250g. Sałatka z ogórka kiszzonego 150g. Kompot 250ml | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. Ziemniaki 250g. Sałatka z ogórka kiszzonego 150g. Kompot 250ml b/z cukru | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml |
|--|--|---|--|--|

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

Kolacja

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 50g. Ogórek zielony 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 50g. Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 50g. Ogórek zielony 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 70g. Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 50g. Pomidor b/z skórki 70g. |
|---|--|---|---|--|

II kolacja: Sałatka jarzynowa 150g. (3,9)

Diety lekkostrawne: sałatka jarzynowa b/z majonezu 150g. (3,9)

Energia : 2165.77 kcal; Białko ogółem: 63.08 g; Tłuszcz: 114.97 g; Węglowodany ogółem: 235.81 g; Witamina C: 83.61 mg; Wapń: 773.32 mg; Sód: 3369.43 mg; Żelazo: 6.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.95 g; Cholesterol: 211.23 mg; Błonnik pokarmowy: 15.54 g

26.04.2024r. Piątek

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 70g. (7) Dżem owocowy 20g. | Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Dżem owocowy 20g. | Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor 70g. Jogurt naturalny 150g. (7) | Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7) | Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Dżem owocowy 20g. |

II śniadanie cukrzycowe – Jogurt naturalny (7)

Obiad

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| Zupa grochowa 300ml. (9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml | Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml | Zupa grochowa 300ml. (9) Pierogi leniwe razowe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot b/z cukru 250ml | Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml | Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml |
|--|---|---|---|---|

Podwieczorek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ryba w sosie greckim 80g. (4,9) Serek kanapkowy 20g. (7) Sałata | Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ryba w sosie greckim 80g. (4,9) Serek kanapkowy 20g. (7) Sałata | Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Ryba w sosie greckim 80g. (4,9) Serek kanapkowy 20g. (7) Sałata | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ryba w sosie greckim 80g. (4,9) Serek kanapkowy 50g. (7) Sałata | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ryba w sosie greckim 80g. (4,9) Serek kanapkowy 20g. (7) Sałata |
|--|--|--|---|---|

II kolacja: Koktajl owocowy 150g. (7), pieczywo chrupkie (1)

Cukrzyca: Maślanka 150g. (7), pieczywo chrupkie (1)

Energia : 2017.99 kcal; Białko ogółem: 66.44 g; Tłuszcz: 89.79 g; Węglowodany ogółem: 253.26 g; Witamina C: 119.30 mg; Wapń: 829.42 mg; Sód: 4228.50 mg; Żelazo: 7.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.86 g; Cholesterol: 259.92 mg; Błonnik pokarmowy: 17.93 g

27.04.2024r. 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 80g. Wędlina 20g. Ogórek kiszony 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kiri 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 80g. Wędlina 20g. Ogórek kiszony 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kiri 20g. (7) Wędlina 70g. Sałata | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kiri 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata |

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

Obiad

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

Podwieczerek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

Kolacja

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka z buraczka 100g. (3) | Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka z buraczka lekkostrawna (burak, rukola, ser twarogowy) 100g. (3) | Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka z buraczka 100g. (3) | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 70g. Sałatka z buraczka lekkostrawna (burak, rukola, ser twarogowy) 100g. (3) | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka z buraczka lekkostrawna (burak, rukola, ser twarogowy) 100g. (3) |
|--|--|--|---|---|

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

Cukrzyca: Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Energia : 1975.67 kcal; Białko ogółem: 79.60 g; Tłuszcz: 81.32 g; Węglowodany ogółem: 245.35 g; Witamina C: 165.71 mg; Wapń: 721.24 mg; Sód: 3200 mg; Żelazo: 6.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.79 g; Cholesterol: 375.68 mg; Błonnik pokarmowy: 18.76 g

28.04.2024r. 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) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g. |

II śniadanie cukrzycowe – pieczywo chrupkie (1)

Obiad

| | | | | |
|---|--|---|--|--|
| Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udko z indyka 1 szt. Ziemniaki 250g. Modra kapusta 150g. Kompot 250ml. | Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udko z indyka 1 szt. Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml. | Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udko z indyka 1 szt. Ziemniaki 250g. Modra kapusta 150g. Kompot b/z cukru 250ml. | Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udko z indyka 1 szt. Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml. | Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udko z indyka 1 szt. Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml. |
|---|--|---|--|--|

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc

Kolacja

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałata lodowa z serem feta i pomidorkami koktajlowymi 70g. (7) | Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałata lodowa z serem feta i pomidorkami koktajlowymi 70g. (7) | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami b/z skorki 70g. |
|--|---|--|--|--|

II kolacja: Kisiel owocowy 150g.

Dieta cukrzycowa: Kisiel owocowy b/z cukru 150g.

Energia : 2025.34 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 291.31 g; Witamina C: 241.87 mg; Wapń: 821.54 mg; Sód: 3400.25 mg; Żelazo: 6.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.25 g; Cholesterol: 328.92 mg; Błonnik pokarmowy: 23.48 g

29.04.2024r. Poniedziałek

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

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

Obiad

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

Podwieczerek cukrzycowy–Owoc

Kolacja

| | | | | |
|---|---|---|--|---|
| Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Galart z kurczaka 100g. Wędlina 20g. Ogórek konserwowy 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Galart z kurczaka 100g. Wędlina 20g. Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Galart z kurczaka 100g. Wędlina 20g. Ogórek konserwowy 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Galart z kurczaka 100g. Wędlina 50g. Pomidor 70g. | Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Galart z kurczaka 100g. Wędlina 20g. Pomidor b/z skórki 70g. |
|---|---|---|--|---|

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

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

Energia : 2346.78 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 79.23 g; Węglowodany ogółem: 324.56 g; Witamina C: 246.81 mg; Wapń: 1021.31 mg; Sód: 1900.23 mg; Żelazo: 10.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.49 g; Cholesterol: 319.89 mg; Błonnik pokarmowy: 23.81 g

30.04.2024r. 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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. Wędlina 50g. Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 70g. Pomidor 70g. | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g. |

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

Obiad

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Ziemniaki gotowane 250g. Kotlet schabowy 130g. (1,3) Surówka z selera 150g. (9) Kompot 250ml | Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Ziemniaki gotowane 250g. Schab duszony w sosie 130/100g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml | Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Ziemniaki gotowane 250g. Schab duszony w sosie 130/100g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot b/z cukru 250ml. | Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Ziemniaki gotowane 250g. Schab duszony w sosie 130/100g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml | Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Ziemniaki gotowane 250g. Schab duszony w sosie 130/100g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml |
|---|---|--|---|---|

Podwieczerek cukrzycowy–Owoc

Kolacja

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

II kolacja: Galaretka owocowa 150g.

Dieta cukrzycowa: Galaretka owocowa b/z cukru 150g.

Energia : 1899.67 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 291.91 g; Witamina C: 187.89 mg; Wapń: 909.21 mg; Sód: 3200.22 mg; Żelazo: 6.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.05 g; Cholesterol: 321.25 mg; Błonnik pokarmowy: 19.61 g