

11.07.2024r. Czwartek

Śniadanie

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

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

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

Podwieczorek cukrzycowy- pieczywo chrupkie 30g. (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką i brokułami 100g. (3) Serek topiony 30g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (3) Serek fromage 30g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką i brokułami b/z majonezu 100g. (3) Serek fromage 30g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (3) Wędlina 20g. Serek fromage 30g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka ryżowa z zieloną pietruszką b/z majonezu 100g. (3) Serek fromage 30g. (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: 9.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 718.44 mg; Błonnik pokarmowy: 16.41 g

12.07.2024r. Piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.

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

Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9) Spaghetti z serem 400g. (1,3,7) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml.	Zupa grochowa 300ml. (9) Spaghetti z serem 400g. (1,3,7) Kompot b/cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml.
--	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami i soczewicą 70g. (3,4,9) Serek topiony 40g. (7) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami i soczewicą 70g. (3,4,9) Serek kanapkowy 40g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami i soczewicą 70g. (3,4,9) Serek kanapkowy 40g. (7) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami i soczewicą 100g. (3,4,9) Serek kanapkowy 40g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (3,4,9) Serek kanapkowy 40g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	--	--	---	---

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; Sód: 8364.35 mg; Żelazo: 9.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Cholesterol: 426.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.27 g

13.07.2024r. Sobota

Śniadanie

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

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Udko duszone 150g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z młodej kapusty 150g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Udko duszone 150g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Udko duszone 150g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z młodej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Udko duszone 150g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Udko duszone 150g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.
--	---	--	---	--

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z kurczakiem 100g. (1,3) Ogórek świeży 70g. Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z kurczakiem 100g. (1,3) Pomidor 70g. Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z kurczakiem 100g. (1,3) Ogórek świeży 70g. Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z kurczakiem 100g. (1,3) Pomidor 70g. Szynka konserwowa 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z kurczakiem b/z majonezu 100g. (1) Pomidor b/z skórki 70g. Szynka konserwowa 50g.
--	--	--	---	---

Energia : 2123.91 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz: 83.18 g; Węglowodany ogółem: 221.44 g; Witamina C: 71.81 mg; Wapń: 721.87 mg; Sód: 2089.67 mg; Żelazo: 8.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.51 g; Cholesterol: 139.41 mg; Błonnik pokarmowy: 25.00 g

14.07.2024r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Szynka gotowana 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka gotowana 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka gotowana 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka gotowana 70g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 30g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałata 30g.

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

Obiad

Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc

Kolacja

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

Energia : 2115.21 kcal; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz: 84.19 g; Węglowodany ogółem: 231.49 g; Witamina C: 71.27mg; Wapń: 721.87 mg; Sód: 1997.76 mg; Żelazo: 9.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.99 g; Cholesterol: 129.79 mg; Błonnik pokarmowy: 24.89 g

15.07.2024r. Poniedziałek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek z pomidorem 70g. (7)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek z pomidorem 70g. (7)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek z pomidorem 70g. (7)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek z pomidorem 70g. (7)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek z pomidorem b/z skórki 70g. (7)

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Żurek 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe gotowane w sosie chrzanowym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe gotowane w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml	Żurek 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe gotowane w sosie chrzanowym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe gotowane w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe gotowane w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

Kolacja

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

Energia : 2275.55 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 84.21 g; Węglowodany ogółem: 318.99 g; Witamina C: 140.05 mg; Wapń: 909.11 mg; Sód: 3041.38 mg; Żelazo: 13.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.14 g; Cholesterol: 236.82 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g

16.07.2024r. Wtorek

Śniadanie

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

II śniadanie cukrzycowe – Owoc

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz duszony 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Marchewka z groszkiem 200g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz duszony 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz duszony 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Marchewka z groszkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz duszony 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz duszony 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
---	--	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser żółty 30g. (7) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser żółty 30g. (7) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	---

Energia : 2035.91 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 94.07 g; Węglowodany ogółem: 244.88 g; Witamina C: 160.29 mg; Wapń: 692.94 mg; Sód: 4982.42 mg; Żelazo: 10.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.36 g; Cholesterol: 264.42 mg; Błonnik pokarmowy: 27.43 g

17.07.2024r. 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) Serek topiony 50g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek biały 50g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek biały 50g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek biały 50g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek biały 50g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.

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

Obiad

Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Kopytka 400g. (1,3) Kapusta kiszona gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Kopytka 400g. (1,3) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Kopytka 400g. (1,3) Kapusta kiszona gotowana 200g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Kopytka 400g. (1,3) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Kopytka 400g. (1,3) Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml
--	---	---	---	--

Podwieczerek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

Kolacja

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

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; Sód: 2806.21 mg; Żelazo: 7.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Cholesterol: 139.41 mg; Błonnik pokarmowy: 22.01

18.07.2024r. 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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) 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) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – pieczywo chrupkie (1)**Obiad**

Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (1,7,9) Udziec z indyka 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z młodej kapusty 150g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udziec z indyka 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udziec z indyka 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z młodej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udziec z indyka 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udziec z indyka 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc**Kolacja**

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

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; Sód: 8364.35 mg; Żelazo: 9.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Cholesterol: 426.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.27 g

19.07.2024r. 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 camembert 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 camembert 50g. (7) Jogurt naturalny 150g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser camembert 50g. (7) Jogurt owocowy 150g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser camembert 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Filet rybny smażony 130g. (3,4) Ziemniaki 250g. Surówka z kiszanej kapusty 200g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Filet rybny gotowany 130g. (3,4) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 200g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Filet rybny gotowany 130g. (3,4) Ziemniaki 250g. Surówka z kiszanej kapusty 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Filet rybny gotowany 130g. (3,4) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Filet rybny gotowany 130g. (3,4) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
---	--	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy–Owoc

Kolacja

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

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

20.07.2024r. Sobota

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 żółty 50g. (7) Wędlina 30g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 30g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 30g. Sałata 30g.

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

Obiad

Barszcz 300ml. (1,7,9) Bigos z młodej kapusty 130/100g. Ziemniaki 250g. Kompot 250ml	Barszcz 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml	Barszcz 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot b/z cukru 250ml.	Barszcz 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml	Barszcz 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml
---	---	--	---	---

Podwieczorek 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 pomidorem 100g. (1,3) Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką i ogórkiem zielonym 100g. (1,3) Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką i pomidorem 100g. (1,3) Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką i pomidorem b/z skórki 100g. (1,3) Szynka konserwowa 50g.
---	---	---	--	---

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