

21.11.2024r. 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) Jogurt owocowy 150g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. (7) Jogurt owocowy 150g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. (7) Jogurt naturalny 150g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. (7) Jogurt owocowy 150g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. (7) Jogurt owocowy 150g. (7) Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Kotlet mielony z cebulką i pieczarkami 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Zrazik gotowany wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Brokuły 150g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Zrazik gotowany wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Brokuły 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Zrazik gotowany wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Brokuły 150g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Zrazik gotowany wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml.
--	---	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy- Pieczywo żytnie chrupkie 30g. (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Papryka 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Papryka 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
--	--	--	---	--

II kolacja: Mus owocowo-warzywny 150g.

Dieta cukrzycowa: Owoc 1 szt.

Energia: 2065.29 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 67.88 g; Węglowodany ogółem: 298.50 g; Witamina C: 132.85 mg; Wapń: 699.28 mg; Sól: 2467.33 mg; Żelazo: 11.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.73 g; Cholesterol: 348.31 mg; Błonnik pokarmowy: 29.74

22.11.2024r. Piątek

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 40g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Wędlina 40g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Wędlina 40g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa kapuśniak 300ml. (1,7) Ziemniaki 250g. Śledź w śmietanie 130/100g. (4,7) Sałata Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,7,9) Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa kapuśniak 300ml. (1,7) Ziemniaki 250g. Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,7,9) Sałata 30g. Kompot b/cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,7,9) Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,7,9) Sałata 30g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Pomidor z sałatą 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Pomidor z sałatą 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Pomidor z sałatą 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Pomidor z sałatą 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki z sałatą 70g.
--	---	--	---	--

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

Dieta cukrzycowa: Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Energia : 2302.40 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 95.45 g; Węglowodany ogółem: 293.01 g; Witamina C: 100.33 mg; Wapń: 855.55 mg; Sól: 2268.13 mg; Żelazo: 13.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.33 g; Cholesterol: 682.24 mg; Błonnik pokarmowy: 29.39 g

23.11.2024r. 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) Wędlna 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 70g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1szt.

Obiad

Krupnik z ziemniakami 300g. (9) Ziemniaki 250g. Jajko sadzone 2 szt. (3) Mizeria na kefirze 150g. (7) Kompot 250ml.	Krupnik z ziemniakami 300g. (9) Ziemniaki 250g. Jajko w sosie koperkowym 2 szt. (1,3,7) Brokuły 150g. Kompot 250ml.	Krupnik z ziemniakami 300g. (9) Ziemniaki 250g. Jajko w sosie koperkowym 2 szt. (1,3,7) Brokuły 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Krupnik z ziemniakami 300g. (9) Ziemniaki 250g. Jajko w sosie koperkowym 2 szt. (1,3,7) Brokuły 150g. Kompot 250ml.	Krupnik z ziemniakami 300g. (9) Ziemniaki 250g. Filet z kurczaka w sosie koperkowym 2 szt. (1,3,7) Szpinak 150g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy – Serek wiejski 150g. (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Kiełbasa biała drobiowa 70g. Chrzan 10g. (9) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Kiełbasa biała drobiowa 70g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Kiełbasa biała drobiowa 70g. Chrzan 10g. (9) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Kiełbasa biała drobiowa 70g. Wędlna 20g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Kiełbasa biała drobiowa 70g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi b/z skórki 70g.
---	--	---	--	--

II kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Energia : 2286.19 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 107.98 g; Węglowodany ogółem: 261.05 g; Witamina C: 149.07 mg; Wapń: 767.52 mg; Sól: 2819.68 mg; Żelazo: 14.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.55 g; Cholesterol: 319.02 mg; Błonnik pokarmowy: 26.91

24.11.2024r. 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 30g. (7) Wędlina 30g. Sałata z papryką 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 30g. Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 30g. Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 60g. Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 30g. Sałata z pomidorem 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1szt.

Obiad

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

Podwieczerek cukrzycowy – Sok wielowarzywny 250ml. (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Salami wieprzowe 30g. Wędlina drobiowa 20g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 30g. Ser fromage 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 30g. Ser fromage 20g. (7) Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 70g. Ser fromage 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 30g. Ser fromage 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	--	---	---	--

II kolacja: Kisiel owocowy 150g.

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

Energia : 2288.91 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 104.37 g; Węglowodany ogółem: 273.08 g; Witamina C: 80.48 mg; Wapń: 819.25 mg; Sól: 2818.13 mg; Żelazo: 10.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.61 g; Cholesterol: 500.06 mg; Błonnik pokarmowy: 22.84 g

25.11.2024r. 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) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 30g. Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 30g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 30g. Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 30g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

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

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

Kolacja

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

II kolacja: Galaretka owocowa 150g.

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

Energia : 2286.19 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 107.98 g; Węglowodany ogółem: 261.05 g; Witamina C: 149.07 mg; Wapń: 767.52 mg; Sól: 2819.68 mg; Żelazo: 14.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.55 g; Cholesterol: 319.02 mg; Błonnik pokarmowy: 26.91

26.11.2024r. 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) Papryka czerwona 70g.	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) Wędlina 50g. Jogurt naturalny 150g. (7) Papryka czerwona 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) 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 – Biszkopty b/z cukru 30g. (1,3,7)

Obiad

Barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,7,9) Kotlet z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Kompot 250ml	Barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,7,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie mlecznym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,7,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie mlecznym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,7,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie mlecznym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,7,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie mlecznym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 150g. Kompot 250ml
--	--	---	--	---

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 40g. Wędlina 30g. Ogórek konserwowy 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 40g. Wędlina 30g. Ogórek konserwowy 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	--	---

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: Jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2240.50 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 87.08 g; Węglowodany ogółem: 289.78 g; Witamina C: 123.64 mg; Wapń: 1010.39 mg; Sól: 2270.16 mg; Żelazo: 13.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.38 g; Cholesterol: 508.70 mg; Błonnik pokarmowy: 27.77 g.

27.11.2024r. Środa

Śniadanie

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

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

Obiad

Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ryż 250g. Marchewka z groszkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ryż 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ryż brązowy 250g. Marchewka z groszkiem 200g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ryż 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa krem z cukinii 300ml. (1,7,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ryż 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
--	--	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (7) Ser topiony 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.
--	--	--	---	--

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

Dieta cukrzycowa: Kasza manna b/z cukru 150g. (1,7)

28.11.2024r. Czwartek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata 30g.

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

Obiad

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

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta z soczewicy 70g. (9) Wędlina 20g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta z soczewicy 70g. (9) Wędlina 20g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	---	--

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

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

Energia: 2378.47 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 114.05 g; Węglowodany ogółem: 274.32 g; Witamina C: 151.16 mg; Wapń: 764.69 mg; Sól: 2831.99 mg; Żelazo: 12.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.63 g; Cholesterol: 340.39 mg; Błonnik pokarmowy: 35.54 g

29.11.2024r. 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 biały 70g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Sałata z pomidorem 30g	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Jogurt owocowy 150g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g

II śniadanie cukrzycowe- Biszkopty b/z cukru 30g. (1,3,7)

Obiad

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Kotlet mielony rybny 130g. (1,3,4) Surówka z kiszanej kapusty 150g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany rybny 130/100g. (1,3,4) Brokuły 150g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Surówka z kiszanej kapusty 150g. Zrazik gotowany rybny 130/100g. (1,3,4) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany rybny 130/100g. (1,3,4) Brokuły 150g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany rybny 130/100g. (1,3,4) Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml
--	--	--	--	---

Podwieczerek cukrzycowy–Owoc 1 szt.

Kolacja

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

II kolacja: Koktajl owocowy 200ml. (7)

Dieta cukrzycowa: Kefir naturalny 200ml. (7)

Energia : 2189.72 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 98.35 g; Węglowodany ogółem: 238.11 g; Witamina C: 97.19 mg; Wapń: 1059.11 mg; Sól: 2346.24 mg; Żelazo: 13.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.32 g; Cholesterol: 695.03 mg; Błonnik pokarmowy: 26.96 g.

30.11.2024r. 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) Wędlna 50g. Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 70g. Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlna 50g. Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.

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

Obiad

Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (7,9) Bigos 130/100g. Ziemniaki 250g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml
--	---	--	---	---

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

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek 70g. Sałatka jarzynowa 70g. (3,9) Wędlna 30g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek 70g. Sałatka jarzynowa 70g. (3,9) Wędlna 30g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek 70g. Sałatka jarzynowa 70g. (3,9) Wędlna 30g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek 70g. Sałatka jarzynowa 70g. (3,9) Wędlna 50g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Parówka drobiowa 70g. Sałatka jarzynowa 70g. (3,9) Wędlna 30g. (7)
---	---	---	--	--

II kolacja: Mus owocowo-warzywny 150g.

Dieta cukrzycowa: Owoc 1 szt.

Energia : 2251.54 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 72.58 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; Witamina C: 85.58 mg; Wapń: 641.45 mg; Sól: 2544.09 mg; Żelazo: 10.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.26 g; Cholesterol: 330.01 mg; Błonnik pokarmowy: 27.74 g