

11.09.2024r. środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Kawa z mlekiem 250ml.(7,1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1 ,7) Kawa z mlekiem 250ml.(7,1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Kawa z mlekiem 250ml.(7,1) Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1, 7) Kawa z mlekiem 250ml.(7,1) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g. (7) Ser topiony 50 g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Kawa z mlekiem 250ml.(7,1) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- gruszka 1 szt

Obiad

Zupa barszcz ukraiński 300ml. (1,3,7,9) Schab duszony130g. Sos mleczny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Surówka wielowarzywna ze słonecznikiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,7,3 ,9) Schab duszony 130g. Sos mleczny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. kalafior 200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Schab duszony 130g. Sos mleczny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Surówka wielowarzywna 150g. kalafior 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,7,3 ,9) Schab duszony 130g. Sos mleczny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Kalafior 200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,7,3 ,9) Schab duszony 130g. Sos mleczny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Szpinak gotowany 200g.(9) Kompot 250ml.
--	--	--	--	---

Podwieczorek cukrzycowy- kisiel 200 ml

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Papryka 70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony . (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa50g. Pomidor 70g	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Papryka 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa50g, Jajko1 szt. Pomidor 70g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor b/z skórki 70g
---	--	--	---	--

2 kolacja: jogurt naturalny 150 ml (7)

Energia : 2123.19 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 69.19 g; Węglowodany ogółem: 297.64 g; Witamina C: 192.29 mg; Wapń: 796.00 mg; Sól: 2680.58 mg; Żelazo: 22.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.40 g; Cholesterol: 679.89 mg; Błonnik pokarmowy: 24.55 g

12.09.2024r. czwartek**Śniadanie**

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z makaronem 300ml(1,3,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Paszтет 50g. Ogórek zielony 70g. Sałata30g.	Kawa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z makaronem 300ml(1,3,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g. Sałata30g.	Kawa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z makaronem 300ml(1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ogórek zielony 70g. Sałata30g.	Kawa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z makaronem 300ml(1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Pomidor 70g. Sałata30g.	Kawa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z makaronem 300ml(1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g. Sałata30g.

II śniadanie cukrzycowe– jabłko 1szt.

Obiad

Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. buraczki 200g. Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. buraczki 200g. (9) Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. buraczki 200g. Kompot b/cukru 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. buraczki 200g. (9) Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. buraczki 200g. (9) Kompot 250ml.
---	--	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – budyń 150g.

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina drobiowa 50g. Rukola z pomidorem i słonecznikiem 100g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina drobiowa50g. Rukola z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina drobiowa 50g. Rukola z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek)110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina drobiowa 50g. Ser topiony 20 g (7) Rukola z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina drobiowa 50g. Rukola z pomidorem b/z skórki 100g.
---	---	--	---	---

2kolacja : twarożek100 g.(7)

Energia : 2365.70 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 94.64 g; Węglowodany ogółem: 317.57 g; Witamina C: 139.07 mg; Wapń: 605.70 mg; Sól: 2180.24 mg; Żelazo: 9.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.30 g; Cholesterol: 224.95 mg; Błonnik pokarmowy: 27.53 g

13.09.2024 r. piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Kawa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko1 szt.(3) Pasta z soczewicy 50g Pomidor 50g	Kawa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko1szt(3) Pomidor 50g	Kawa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko1 szt.(3) Pasta z soczewicy 50g Pomidor 50g	Kawa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Masło 15g.(7) Jajko1 szt.(3) Wędlna 20g. Pomidor 50g	Kawa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Masło 15g.(7) Pasta z białka z jaja z koperkiem 70g. (3) Pomidor b/z skórki 50g

II śniadanie cukrzycowe- Sok pomidorowy 200ml

Obiad

Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet rybny 130/ 100(1,4,3) Sos pietruszkowy Ziemniaki 250g. Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 150g Kompot 250ml.	Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet rybny gotowany Sos pietruszkowy 130/100g. (1,7) Bukiet warzyw 200g Ziemniaki 250g Kompot 250ml.	Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet rybny gotowany Sos pietruszkowy 130/100g. (1,7) Bukiet warzyw 200g Ziemniaki 250g Jabłko 1szt. Kompot 250ml.	Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet rybny gotowany Sos pietruszkowy 130/100g. (1,7) Bukiet warzyw 200g Ziemniaki 250g Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana 300,ml. (1,3,7,9) Kotlet rybny gotowany Sos pietruszkowy 130/100g. (1,7) Jarzyny z wody 200g Ziemniaki 250g Kompot 250ml.
--	--	--	--	---

Podwieczorek cukrzycowy – pomarańcza

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g. Sałatka z rzodkiewki i ogórka zielonego z siemieniem lnianym 70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g. Sałatka z rzodkiewki i ogórka zielonego z siemieniem lnianym 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g. Wędlna 30g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g Pomidor b/z skórki 70g.
---	---	--	---	--

2 kolacja: jogurt naturalny 150 ml. (7)

Energia : 2288.52 kcal; Białko ogółem: 112.82 g; Tłuszcz: 84.32 g; Węglowodany ogółem: 291.23 g; Witamina C:186.62 mg; Wapń: 1057.73 mg; Sól: 2137.48 mg; Żelazo: 11.30 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.46 g; Cholesterol: 342.14 mg; Błonnik pokarmowy: 24.00 g

14.09.2024r. sobota

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Chleb baltonowski-krojony 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 70g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Chleb baltonowski-krojony 110g. (1) Masło 15g.(7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 70g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa grochowa (1,7,9) Risotto z warzywami i mięsem w sosie pomidorowym 200/150g. (1,9) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Risotto z warzywami i mięsem w sosie pomidorowym 200/150g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Risotto z warzywami i mięsem w sosie pomidorowym 200/150g. (Ryż brązowy) Kompot b/z cukru 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Risotto z warzywami i mięsem w sosie pomidorowym 200/150g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Risotto z warzywami i mięsem w sosie pomidorowym 200/150g. Kompot 250ml
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – jabłko

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor z ziarnami słonecznika 70g,	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor70g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 70g. Pomidor70g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor bez skórki 70g
---	---	---	--	---

2 kolacja: mus owocowy 1 szt.

Energia : 2382.76 kcal; Białko ogółem: 69.98 g; Tłuszcz: 87.31 g; Węglowodany ogółem: 360.74 g; Witamina C: 87.74 mg; Wapń: 582.99 mg; Sód: 5333.05 mg; Żelazo: 13.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.98 g; Cholesterol: 217.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.96 g.

15.09.2024r. niedziela**Śniadanie**

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z kaszą 300ml(1,7) Herbata 250 ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Kiełbasa śląska na ciepło 70g, Musztarda 20g (10) Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml(1,7) Herbata 250 ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa na ciepło70g. Ketchup 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml(1,7) Herbata 250 ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa śląska na ciepło 70g, Musztarda 20g (10) Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml(1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa na ciepło70g. Ketchup 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml(1,7) Herbata 250 ml. Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa na ciepło70g. Ketchup 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Kaszka manna 200 g (1,7)

Obiad

Rosół z kaszką 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos koperkowy 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 200g . Kompot 250ml	Rosół z kaszką 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos koperkowy 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata z jogurtem 200g (7) Kompot 250ml	Rosół z kaszką 300ml. (1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos chrzanowy 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 200g Jabłko150 g Kompot 250ml b/z cukru	Rosół z kaszką 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos koperkowy 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata z jogurtem 200g (7) Kompot 250ml	Rosół z kaszką 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos koperkowy 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata z jogurtem 200g (7) Kompot 250ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Gruszka 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 50g. Papryka70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 50g. Pomidor70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 50g. Papryka70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 70g. Ser biały30g. (7) Pomidor70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 50g. Pomidor70g. b/z skórki
--	--	--	--	--

2 kolacja: Budyń150ml(7)/Budyń 150ml bez cukru cukrzyca.

Energia : 2504.19 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 389.03 g; Witamina C: 168.01 mg; Wapń: 763.58 mg; Sól: 3037.89 mg; Żelazo: 13.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.63 g; Cholesterol: 225.72 mg; Błonnik pokarmowy: 38.34 g.

16.09.2024r. poniedziałek**Śniadanie**

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Chleb baltonowski-krojony. (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 50g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Chleb baltonowski-krojony 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 70g(7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek70g. (7) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Twarożek70g. (7) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek70g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe – kisiel z tartym jabłkiem 200g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Wątróbka drobiowa smażona130g.(4,1) Surówka z kiszanej kapusty z siemieniem lnianym150g. Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (1,7,9) Wątróbka gotowana.(4.) Sos jarzynowy 150ml.(9) Marchew gotowana 200g. Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Wątróbka gotowana130g.(4) Sos jarzynowy 150ml.(9) Ziemniaki250g. Surówka z kiszanej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Wątróbka gotowana130g.(4) Sos jarzynowy150ml.(9)) Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpet gotowany130g.(4) Sos jarzynowy150ml.(9) Ziemniaki250g. Kompot 250ml
---	---	--	--	---

Podwieczorek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony110g (1) Masło 15g.(7) Kielbasa krakowska drobiowa 50g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony110g (1) Masło 15g.(7) Kielbasa krakowska drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Kielbasa krakowska drobiowa 50g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110)(1) Masło 15g.(7) Kielbasa krakowska drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Kielbasa krakowska drobiowa 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	--	---	---

2 kolacja :Jogurt nat 150ml.

Energia : 2165.19 kcal; Białko ogółem: 81.26 g; Tłuszcz: 81.49 g; Węglowodany ogółem: 304.69 g; Witamina C: 186.94 mg; Wapń: 632.99 mg; Sól: 3044.16 mg; Żelazo: 10.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.60 g; Cholesterol: 251.46 mg; Błonnik pokarmowy: 30.31 g.

17.09.2024r. wtorek**Śniadanie**

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z zacierką 300ml(1,3,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g Ogórek zielony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z zacierką 300ml(1,3,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z zacierką 300ml(1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ogórek zielony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z zacierką 300ml(1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 40g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z zacierką 300ml(1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- ciasta fit 1 op. (50g) (1,3,7)

Obiad

Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Makaron w sosie bolońskim 350g. (1,7,3,9) Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Makaron w sosie bolońskim 350g. (1,7,3,9) Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Makaron w sosie bolońskim 350g. (1,7,3,9) Jabłko 1 szt Kompot 250ml b/z cukru	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Makaron w sosie bolońskim 350g. (1,7,3,9) Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Makaron w sosie bolońskim 350g. (1,7,3,9) Kompot 250ml
--	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta mięsna z warzywami 70g (9) Pomidor z cebulką i słonecznikiem 70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta mięsna z warzywami 70g (9) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta mięsna z warzywami 70g (9) Pomidor z cebulką i słonecznikiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta mięsna z warzywami 100g (9) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta mięsna z warzywami 70g (9) Pomidor b/z skórki 70g.
---	---	---	---	---

2 kolacja: twarożek 150 g

Energia : 2681.71 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 122.01 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; Witamina C: 269.76 mg; Wapń: 726.78 mg; Sól: 2702.63 mg; Żelazo: 14.70 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Cholesterol: 610.28 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g

18.09.2024r. środa**Śniadanie**

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Chleb baltonowski-krojony 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek ze szczypiorkiem 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Chleb baltonowski-krojony 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem brązowym 300g. (7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek 30g (7) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g (1) Masło 15g.(7) twarożek 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe – wafle ryżowe

Obiad

Zupa ziemniaczana z zieleciną 300ml . (1,9,3) Filet z kurczaka panierowan130g (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zieleciną 300ml . (1,9,3) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zieleciną 300ml . (1,9,3) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zieleciną 300ml . (1,9,3) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zieleciną 300ml . (1,9,3) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos potrawkowy100ml (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g (1,7) Kompot 250ml.
--	--	--	--	---

Podwieczorek cukrzycowy- jabłko

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	---	--

2 kolacja: sałatka makaronowa z szynką150g (7)

Energia : 2447.64 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 55.50 g; Węglowodany ogółem: 435.95 g; Witamina C: 59.97 mg; Wapń: 784.52 mg; Sól: 2563.34 mg; Żelazo: 11.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.06 g; Cholesterol: 139.08 mg; Błonnik pokarmowy: 36.58 g.

19.09.2024r. czwartek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z kaszą 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Szynka konserwowa 30g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml. 1,(7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 30g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml. 1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 30g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta z białka 50g. Szynka konserwowa 30g. Pomidor bez skórki 70g.

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

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Stek z cebulą smażony 130 g.(1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Pulpet wieprzowy duszony w sosie 130/100g (1,3) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300ml. (9,1,3) Pulpet wieprzowy duszony w sosie 130/100g (1,3) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Pomarańcza 1 szt. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Pulpet wieprzowy duszony w sosie 130/100g (1,3) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Pulpet wieprzowy gotowany w sosie białym130/100g (1,3 ,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy- Jogurt naturalny 150 g (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 50g. Sałata z pomidorem i słonecznikiem,70 g	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 50g Sałata z pomidorem i słonecznikiem70g .	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 70g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 50g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.
--	--	---	---	--

2 kolacja : Kisiel z jabłkiem tartym200 ml(cukrzyca)/ kisiel 200 ml.

Energia : 2474.35 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 96.39 g; Węglowodany ogółem: 322.61 g; Witamina C: 263.13 mg; Wapń: 596.26 mg; Sól: 2592.21 mg; Żelazo: 13.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.77 g; Cholesterol: 352.94 mg; Błonnik pokarmowy: 30.28 g.

20.09.2024r. piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z płatkami owsianym 300ml.(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor z cebulką 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianym 300ml.(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianym 300ml.(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor z cebulką 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianym 300ml.(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g.(1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Szynka 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianym 300ml.(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym i sosem waniliowym 400g. Kompot 250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym i sosem waniliowym 400g. (1,7) Kompot 250ml	Zupa dyniowa 300ml. (1,7,9) Ryż brązowy z musem jabłkowym i sosem waniliowym bez cukru400g. (1,7) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym i sosem waniliowym 400g. (1,7) Kompot 250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym i sosem waniliowym 400g. (1,7) Kompot 250ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy –gruszka 1 szt

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Pasta z ryby 70g. (4,9) Sałatka z pomidora 70g. (7)	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałatka z pomidora 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałatka z pomidora 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 100g. (4,9) Sałatka z pomidora 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek)110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałatka z pomidora 70g. (7)
--	---	---	--	--

2 kolacja : jabłko 1 szt.

Energia : 2505.52 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 99.20 g; Węglowodany ogółem: 340.40 g; Witamina C: 129.24 mg; Wapń: 833.44 mg; Sól: 2475.02 mg; Żelazo: 15.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.06 g; Cholesterol: 511.14 mg; Błonnik pokarmowy: 32.96 g.