

01.03.2024r. Piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Jajko 1 szt. (3) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9) Pierogi leniwe masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,3,7,9) Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata Kompot 250ml.	Zupa grochowa 300ml. (9) Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,3,7,9) Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,3,7,9) Zrazik rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata Kompot 250ml.
--	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy- Jogurt naturalny (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka jajeczna ze szczypiorkiem 80g. (3) Ryba w galarecie 100g. (4) Ryba w galarecie 100g. (4) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka jajeczna 80g. (3) Ryba w galarecie 100g. (4) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka jajeczna ze szczypiorkiem 80g. (3) Ryba w galarecie 100g. (4) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka jajeczna 80g. (3) Ryba w galarecie 100g. (4) Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 80g. Ryba w galarecie 100g. (4) Sałata
---	--	---	---	---

II kolacja: Sok wielowarzywny 200ml (9).

Wartości odżywcze: Energia : 1848.94 kcal; Białko ogółem: 74.82 g; Tłuszcz: 81.05 g; Węglowodany ogółem: 218.31 g; Witamina C: 68.67 mg; Wapń: 575.84 mg; Sód: 3836.90 mg; Żelazo: 9.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.00 g; Cholesterol: 286.56 mg; Błonnik pokarmowy: 14.24 g

02.03.2024r. 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) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 20g. Ogórek konserwowy 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – Pieczywo żytnie (1)

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. Marchewka z groszkiem 200g. Kompot b/cukru 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 200g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.
--	---	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 1 szt. (7)

Kolacja

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

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).

Wartości odżywcze: Energia : 2025.58 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 97.77 g; Węglowodany ogółem: 205.78 g; Witamina C: 135.87 mg; Wapń: 768.31 mg; Sód: 4078.55 mg; Żelazo: 8.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.21 g; Cholesterol: 324.69 mg; Błonnik pokarmowy: 18.94 g

03.03.2024r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka 80g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka 80g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka 80g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka 80g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 70g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa 80g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Rosolnik 300ml. (9) Kotlet mielony z cebulką i pieczarkami 130g. (1,3) Ziemniaki gotowane 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Kompot 250ml	Rosolnik 300ml. (9) Zrazik duszony w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,9) Ziemniaki gotowane 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Zrazik duszony w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,9) Ziemniaki gotowane 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Kompot b/cukru 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Zrazik duszony w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,9) Ziemniaki gotowane 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Zrazik duszony w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,9) Ziemniaki gotowane 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Kabanos drobiowy 50g. Wędlina 30g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Kabanos drobiowy 50g. Wędlina 30g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	---	---	--	---

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

Cukrzyca: Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Wartości odżywcze: Energia : 2248.07 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 116.52 g; Węglowodany ogółem: 233.04 g; Witamina C: 126.42 mg; Wapń: 549.31 mg; Sód: 3481.88 mg; Żelazo: 9.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.25 g; Cholesterol: 336.56 mg; Błonnik pokarmowy: 17.79 g

04.03.2024r. Poniedziałek

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 topiony 70g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 30g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 30g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie chrzanowym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 250g. Buraczki gotowane z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 250g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie chrzanowym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 250g. Buraczki gotowane z jabłkiem 200g. Kompot b/c 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 250g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 250g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z zieloną pietruszką i warzywami 80g. (9) Wędlina 50g. Pomidory ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z zieloną pietruszką i warzywami 80g. (9) Wędlina 50g. Pomidory z koperkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z zieloną pietruszką i warzywami 80g. (9) Wędlina 50g. Pomidory ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z zieloną pietruszką i warzywami 80g. (9) Wędlina 50g. Pomidory z koperkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta drobiowa z zieloną pietruszką i warzywami 80g. (9) Wędlina 50g. Pomidory z koperkiem 70g.
---	--	---	---	---

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Cukrzyca: jogurt naturalny 150g. (7)

Wartości odżywcze: Energia : 2437.18 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 108.83 g; Węglowodany ogółem: 301.85 g; Witamina C: 102.19 mg; Wapń: 935.95 mg; Sód: 2176.02 mg; Żelazo: 10.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.13 g; Cholesterol: 262.38 mg; Błonnik pokarmowy: 24.29 g

05.03.2024r. Wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Papryka 70g. Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Papryka 70g. Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g. Jogurt owocowy 1 szt. (7)

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Schab duszony 130g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki i jabłka 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Schab duszony 130g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Schab duszony 130g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki i jabłka 150g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Schab duszony 130g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Schab duszony 130g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 30g. Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Sałata lodowa z serem feta 70g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 30g. Jajko gotowane 1 szt. (3) Sałata lodowa z serem twarogowym 70g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 30g. Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Sałata lodowa z serem feta 70g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Jajko gotowane 1 szt. (3) Sałata lodowa z serem twarogowym 70g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 30g. Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata lodowa z serem twarogowym 70g. (3)
---	---	---	--	---

II kolacja: Kasza manna 150g (7)

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

Wartości odżywcze: Energia : 2123.21 kcal; Białko ogółem: 89.21g; Tłuszcz: 96.44 g; Węglowodany ogółem: 264.98 g; Witamina C: 76.49mg; Wapń: 889.56 mg; Sód: 4025.21 mg; Żelazo: 19.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.23 g; Cholesterol: 432.44 mg; Błonnik pokarmowy: 24.41 g

06.03.2024r. Środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – Jogurt naturalny (7)

Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9) Wątróbka drobiowa z cebulką i jabłkiem 100/130g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z ogórka kiszzonego 150g.	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Kurczak gotowany w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9)	Zupa grochowa 300ml. (7,9) Kurczak gotowany w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z ogórka kiszzonego 150g.	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Kurczak gotowany w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9)	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Kurczak gotowany w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9)
Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot b/c 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Szyńka gotowana 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Szyńka gotowana 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Szyńka gotowana 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Szyńka gotowana 70g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Szyńka gotowana 50g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.
--	--	--	---	--

II kolacja: Kisiel owocowy 150g.

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

Energia : 2006.32 kcal; Białko ogółem: 88.78 g; Tłuszcz: 84.97 g; Węglowodany ogółem: 236.63 g; Witamina C: 51.47 mg; Wapń: 602.96 mg; Sód: 3588.33 mg; Żelazo: 9.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.57 g; Cholesterol: 688.35 mg; Błonnik pokarmowy: 16.12 g

07.03.2024r. 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) Wędlina 50g. Serek wiejski 70g. Pomidorki koktajlowe 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek wiejski 70g. Pomidorki koktajlowe 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek wiejski 70g. Pomidorki koktajlowe 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Serek wiejski 70g. Pomidorki koktajlowe 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek wiejski 70g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Karkówka pieczona 130g. (1) Kasza 200g. (1) Kapusta modra 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Karkówka gotowana w sosie mlecznym 130g. (1,7,9) Kasza 200g. (1) Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Karkówka gotowana w sosie mlecznym 130g. (1,7,9) Kasza 200g. (1) Modra kapusta 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Karkówka gotowana w sosie mlecznym 130g. (1,7,9) Kasza 200g. (1) Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Pierś z kurczaka gotowana w sosie mlecznym 130g. (1,7,9) Kasza 200g. (1) Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

Kolacja

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

II kolacja: Sałatka jarzynowa

Diety lekkostrawne: Sałatka jarzynowa b/z majonezu

Energia : 2641.57 kcal; Białko ogółem: 95.00 g; Tłuszcz: 110.76 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; Witamina C: 82.59 mg; Wapń: 949.45 mg; Sód: 2273.27 mg; Żelazo: 12.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.52 g; Cholesterol: 262.38 mg; Błonnik pokarmowy: 27.60 g

08.03.2024r. Piątek

Śniadanie

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

II śniadanie cukrzycowe – pieczywo chrupkie (1)

Obiad

Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Kotlety z jaj ze szczypiorkiem 120g. (1,3) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Jaja w sosie koperkowym 120g/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Jaja w sosie koperkowym 120g/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Jaja w sosie koperkowym 120g/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Ryba w sosie koperkowym 120g/100g. (1,4) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowany 200g. Kompot 250ml
---	---	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Ryba w galarecie z cytryną 80g. (4) Twarożek z pomidorami 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Ryba w galarecie z cytryną 80g. (4) Twarożek z pomidorami 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Ryba w galarecie z cytryną 80g. (4) Twarożek z pomidorami 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Ryba w galarecie z cytryną 80g. (4) Twarożek z pomidorami 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Ryba w galarecie z cytryną 80g. (4) Twarożek z pomidorami b/z skórki 70g. (7)
---	---	---	--	---

II kolacja: Galaretka owocowa 150g.

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

Energia : 2425.29 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 110.15 g; Węglowodany ogółem: 309.22 g; Witamina C: 89.96 mg; Wapń: 684.18 mg; Sód: 5695.11 mg; Żelazo: 9.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.40 g; Cholesterol: 368.54 mg; Błonnik pokarmowy: 27.90 g

09.03.2024r. 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) Szynka gotowana 50g. Serek homogenizowany 50g. (7) Rzodkiewka 70g. Rukola	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Serek homogenizowany 50g. (7) Pomidor 70g. Rukola	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Serek wiejski 50g. (7) Rzodkiewka 70g. Rukola	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 70g. Serek homogenizowany 50g. (7) Pomidor 70g. Rukola	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Serek homogenizowany 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g. Rukola

II śniadanie cukrzycowe- Jogurt naturalny (7)

Obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków w sosie śmietanowym 100/130g. (1,7) Ryż 200g. Surówka z marchewki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z kaszą 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków w sosie śmietanowym 100/130g. (1,7) Ryż 200g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z kaszą 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków w sosie śmietanowym 100/130g. (1,7) Ryż brązowy 200g. Surówka z marchewki z jabłkiem 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa szpinakowa z kaszą 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków w sosie śmietanowym 100/130g. (1,7) Ryż 200g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z kaszą 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków w sosie śmietanowym 100/130g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
--	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy–Owoc

Kolacja

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

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

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

Energia : 2281.76 kcal; Białko ogółem: 66.02 g; Tłuszcz: 80.62 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; Witamina C: 92.81 mg; Wapń: 576.17 mg; Sód: 3171.26 mg; Żelazo: 8.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.10 g; Cholesterol: 155.88 mg; Błonnik pokarmowy: 24.79 g

10.03.2024r. Niedziela

Śniadanie

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

II śniadanie cukrzycowe- Wafle ryżowe

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1,3) Kasza 200g. (1) Buraczki gotowane z jabłkiem 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1,3) Kasza 200g. (1) Buraczki gotowane 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1,3) Kasza 200g. (1) Buraczki gotowane z jabłkiem 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1,3) Kasza 200g. (1) Buraczki gotowane 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1,3) Kasza 200g. (1) Buraczki gotowane 150g. Kompot 250ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy–Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Kabanos drobiowy 50g Szynka gotowana 50g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 50g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Kabanos drobiowy 50g Szynka gotowana 50g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 50g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Serek kanapkowy 50g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	---	--

II kolacja: Sałatka grecka z serem feta

Diety lekkostrawne: sałatka grecka z twarogiem

Wartości odżywcze: Energia : 2231.56 kcal; Białko ogółem: 59.28 g; Tłuszcz: 81.27 g; Węglowodany ogółem: 266.66 g; Witamina C: 64.13 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 g