

## 01.03.2025r. 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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 20g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

### Obiad

Zupa jarzynowa 300ml. (1,3,7,9) Łazanki z kapustą 400g. (1,3) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,3,7,9) Makaron z sosem mięsno-warzywnym 400g. (1,3,9) Kompot 250ml.	Zupa grochowa 300ml. (9) Makaron z sosem mięsno-warzywnym 400g. (1,3,9) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,3,7,9) Makaron z sosem mięsno-warzywnym 400g. (1,3,9) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,3,7,9) Makaron z sosem mięsno-warzywnym 400g. (1,3,9) Kompot 250ml.
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy- Jogurt naturalny 150g. (7)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 80g. (3,9) Szynka konserwowa 20g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 80g. (3,9) Szynka konserwowa 20g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 80g. (3,9) Szynka konserwowa 20g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 80g. (3,9) Szynka konserwowa 20g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 80g. (9) Szynka konserwowa 20g.
--	--	--	---	---

**II kolacja:** Jogurt owocowy 150g. (7)

Cukrzyca: jogurt naturalny 150g. (7)

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: 875.84 mg; Sól: 2836.90 mg; Żelazo: 9.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.00 g; Cholesterol: 286.56 mg; Błonnik pokarmowy: 14.24 g

## 02.03.2025r. Niedziela

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 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 – Sok pomidorowy 250ml. (9)

### Obiad

Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (1,9) Kotlet mielony z cebulką i pieczarkami 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g.  Kompot 250ml.	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (1,9) Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g.  Kompot 250ml.	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (1,9) Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g.  Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (1,9) Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g.  Kompot 250ml.	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (1,9) Zrazik wieprzowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g.  Kompot 250ml.
--	---	---	---	--

Podwieczerek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałata lodowa z serem feta 100g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałata lodowa z serem feta 100g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałata lodowa z serem feta 100g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałata lodowa z serem feta 100g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 70g. Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałata lodowa z serem feta 100g. (7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata
---	---	---	--	--

**II kolacja:** Kisiel owocowy 150g.

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; Sól: 2078.55 mg; Żelazo: 8.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.21 g; Cholesterol: 324.69 mg; Błonnik pokarmowy: 18.94 g

## **03.03.2025r. Poniedziałek**

### 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. Wędlina 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g. Wędlina 20g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g. Wędlina 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g. Wędlina 50g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g. Wędlina 20g.

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

### Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Kasza jęczmienna 150g. (1) Surówka z buraków z jabłkiem 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Kasza jęczmienna 150g. (1) Surówka z buraków 150g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Kasza pęczak 150g. (1) Surówka z buraków z jabłkiem 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Kasza jęczmienna 150g. (1) Surówka z buraków z jabłkiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Kasza jęczmienna 150g. (1) Surówka z buraków 150g. Kompot 250ml.
---	---	--	--	---

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie z hummusem 30g. (1,3)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Kaszanka gotowana 70g. (1) Musztarda 10g. (9) Ser kanapkowy 20g. (7) Ogórek z koperkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek gotowany 70g. Ketchup 10g. (9) Pomidor z koperkiem 70g. Ser kanapkowy 20g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek gotowany 70g. Ketchup 10g. (9) Ogórek z koperkiem 70g. Ser kanapkowy 20g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek gotowany 70g. Ketchup 10g. (9) Pomidor z koperkiem 70g. Ser kanapkowy 50g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Parówka drobiowa 70g. Pomidor b/z skórki 70g. Ser kanapkowy 20g. (7)
--	---	--	--	--

**II Kolacja:** Budyń z sokiem 150g. (7)

Cukrzyca: Budyń z owocami 150g. (7)

## 04.03.2025r. 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. Sałata z pomidorem 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem 70g. Jogurt naturalny 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Sałata z pomidorem 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)

II śniadanie cukrzycowe- Marchewki krojone w słupki 30g.

### Obiad

Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone 130g. (1) Ziemniaki gotowane 250g. Jarzyny gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone 130g. (1) Ziemniaki gotowane 250g. Jarzyny gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone 130g. (1) Ziemniaki gotowane 250g. Jarzyny gotowane 200g. (9) Kompot b/z cukru 250ml	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone 130g. (1) Ziemniaki gotowane 250g. Jarzyny gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone 130g. (1) Ziemniaki gotowane 250g. Jarzyny gotowane 200g. (9) Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Sok warzywny 250ml. (9)

### 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:** Kaszka manna z sokiem 150g. (7)

Cukrzyca: Kaszka manna b/z cukru 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; Sól: 2176.02 mg; Żelazo: 10.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.13 g; Cholesterol: 262.38 mg; Błonnik pokarmowy: 24.29 g

## 05.03.2025r. 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) Wędlina 20g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pomidor 70g. Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 20g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 20g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pomidor 70g. Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 50g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pomidor b/z skórki 70g. Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 50g.

### II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

### Obiad

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

### Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie z pastą warzywną 30g. (9)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka ziemniaczana z zieloną pietruszką 70g. (3,9) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka ziemniaczana z zieloną pietruszką 70g. (3,9) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka ziemniaczana z zieloną pietruszką 70g. (3,9) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka ziemniaczana z zieloną pietruszką 70g. (3,9) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka ziemniaczana z zieloną pietruszką 70g. (3,9) Wędlina 20g. Sałata 30g.
--	--	--	---	---

**II kolacja:** Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: Jogurt naturalny 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; Sól: 2025.21 mg; Żelazo: 19.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.23 g; Cholesterol: 432.44 mg; Błonnik pokarmowy: 24.41 g

## 06.03.2025r. 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 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata z ogórkiem zielonym 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata z ogórkiem zielonym 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 70g. Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – sok pomidorowy 250ml. (9)

### Obiad

Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Karkówka gotowana w sosie chrzanowym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Kapusta modra zasmażana 200g.  Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Szynka wieprzowa gotowana w sosie mlecznym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9)  Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Szynka wieprzowa gotowana w sosie mlecznym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Kapusta modra zasmażana 200g.  Kompot b/z cukru 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Szynka wieprzowa gotowana w sosie mlecznym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9)  Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (7,9) Szynka wieprzowa gotowana w sosie mlecznym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9)  Kompot 250ml
--	---	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy- Owoc 1 szt.

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 70g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka 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; Sól: 2588.33 mg; Żelazo: 9.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.57 g; Cholesterol: 388.35 mg; Błonnik pokarmowy: 16.12 g

**07.03.2025r. Sobota****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) Wędlina 50g. Serek wiejski 70g. Pomidorki koktajlowe 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek wiejski 70g. Pomidorki koktajlowe 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek wiejski 70g. Pomidorki koktajlowe 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Serek wiejski 70g. Pomidorki koktajlowe 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek wiejski 70g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Pieczywo chrupkie z pastą warzywną 30g. (1,9)

**Obiad**

Zupa fasolowa 300ml. (9) Jajko sadzone 2 szt. (3) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g. Kompot 250ml	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2szt./100ml. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g. Kompot 250ml	Zupa fasolowa 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Jajko gotowane w sosie koperkowym 2szt./100ml. (1,3,7) Fasolka szparagowa 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2szt./100ml. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2szt./100ml. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraczki gotowane 200g. Kompot 250ml
---	--	---	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

**Kolacja**

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 80g. (4,9) Ser twarogowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 80g. (4,9) Ser twarogowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 80g. (4,9) Ser twarogowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 80g. (4,9) Ser twarogowy 70g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 80g. (4,9) Ser twarogowy 30g. (7) Sałata 30g.
---	---	---	--	--

**II kolacja:** Kasza manna z sokiem 200ml. (1,7)

Diety lekkostrawne: Kasza manna b/z cukru 200ml. (1,7)

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; Sól: 2273.27 mg; Żelazo: 12.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.52 g; Cholesterol: 262.38 mg; Błonnik pokarmowy: 27.60 g

## 08.03.2025r. 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) Paszтет zapiekany 50g. Wędlina 20g. Ogórek kiszony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Paszтет drobiowy 50g. Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Paszтет drobiowy 50g. Wędlina 20g. Ogórek kiszony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Paszтет drobiowy 50g. Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Paszтет drobiowy 50g. Wędlina 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

### Obiad

Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Risotto z mięsem i warzywami 400g. (1,9) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Risotto z mięsem i warzywami 400g. (1,9) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Risotto (ryż brązowy)z mięsem i warzywami 400g. (1,9) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Risotto z mięsem i warzywami 400g. (1,9) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Risotto z mięsem i warzywami 400g. (1,9) Kompot 250ml
--	--	---	--	---

Podwieczorek cukrzycowy- Sok warzywny 250ml. (9)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 100g. (3,9) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 100g. (3,9) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 100g. (3,9) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 100g. (3,9) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka warzywna 100g. (9) Wędlina 20g. Sałata 30g.
---	---	---	--	--

**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; Sól: 2695.11 mg; Żelazo: 9.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.40 g; Cholesterol: 368.54 mg; Błonnik pokarmowy: 27.90 g



## 09.03.2025r. 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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Połudwica sopocka 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Połudwica sopocka 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Połudwica sopocka 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Połudwica sopocka 70g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 50g. (7) Połudwica sopocka 50g. Sałata 30g.

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

### Obiad

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe gotowane w sosie chrzanowym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Surówka z buraków z jabłkiem 150g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe gotowane w sosie mlecznym130/100 g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Surówka z buraków 150g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe gotowane w sosie chrzanowym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Surówka z buraków z jabłkiem 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe gotowane w sosie mlecznym130/100 g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Surówka z buraków z jabłkiem 150g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z kaszą 300ml. (1,7,9) Pulpety wieprzowe gotowane w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Surówka z buraków 150g. Kompot 250ml
---	--	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy–Owoc 1 szt.

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Salceson biały 40g. Musztarda 10g. (10) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.
---	---	---	--	---

**II kolacja:** Deser mleczny 150g. (7)

**Cukrzyca:** Jogurt naturalny 150g. (7)

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; Sól: 3171.26 mg; Żelazo: 8.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.10 g; Cholesterol: 155.88 mg; Błonnik pokarmowy: 24.79 g

## 10.03.2025r. Wtorek

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. (1,7) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Powidła 20g. Sałata z ogórkiem 70g.	Herbata 250ml. (1,7) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Powidła 20g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata z ogórkiem 70g.	Herbata 250ml. (1,7) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata z pomidorem 70g	Herbata 250ml. (1,7) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Powidła 20g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Marchewki krojone w słupki 30g.

### Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kurczak z warzywami po chińsku 130/100g. Ryż gotowany 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kurczak z warzywami po chińsku 130/100g. Ryż gotowany 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kurczak z warzywami po chińsku 130/100g. Ryż brązowy gotowany 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kurczak z warzywami po chińsku 130/100g. Ryż gotowany 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kurczak z warzywami po chińsku 130/100g. Ryż gotowany 200g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy–Owoc 1 szt.

### 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 makaronowa z ogórkiem i kukurydzą 100g. (1,3,9)

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