

11.10.2024r. 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 topiony 40g. (7) Dżem 20g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 40g. (7) Dżem 20g. Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 40g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 40g. (7) Jajko 1 szt. (3) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 40g. (7) Dżem 20g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9) Pierogi leniwe z masełkiem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masełkiem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masełkiem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masełkiem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masełkiem 400g. (1,3,7) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.
--	---	---	---	--

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

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (3,4,9) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta z gotowaną rybą z warzywami b/z majonezu 70g. (3,4,9) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami b/z majonezu 70g. (3,4,9) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z gotowanymi warzywami b/z majonezu 100g. (3,4,9) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z gotowanymi warzywami b/z majonezu i b/z jajka 70g. (4,9) Pomidor b/z skórki 70g.
---	---	--	--	--

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

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

Energia : 2018.47 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 82.70 g; Węglowodany ogółem: 259.69 g; Witamina C: 228.19 mg; Wapń: 854.21 mg; Sól: 2621.23 mg; Żelazo: 11.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.01 g; Cholesterol: 456.77 mg; Błonnik pokarmowy: 22.93 g.

12.10.2024r. 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) Paszтет zapiekany 70g. Ser żółty 40g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.

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

Obiad

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Udko duszone 1 szt. Szpinak gotowany 200g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Udko duszone 1 szt. Szpinak gotowany 200g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Udko duszone 1 szt. Szpinak gotowany 200g. Kompot b/cukru 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Udko duszone 1 szt. Szpinak gotowany 200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Udko duszone 1 szt. Szpinak gotowany 200g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Sałatka z buraka ogórkiem i cebulą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z buraka z rukolą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z buraka czerwonego z ogórkiem i cebulą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Sałatka z buraka z rukolą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z buraka z rukolą 100g.
---	---	--	---	---

II kolacja: Galaretka owocowa 150g.

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

Energia : 2327.10 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 127.64 g; Węglowodany ogółem: 319.87 g; Witamina C: 191.33 mg; Wapń: 942.25 mg; Sól: 1414.87 mg; Żelazo: 11.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.00 g; Cholesterol: 569.41 mg; Błonnik pokarmowy: 24.68 g

13.10.2024r. Niedziela

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) Jajko 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Szynka gotowana 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko 1 szt. (3) Szynka gotowana 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko 1 szt. (3) Szynka gotowana 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko 1 szt. (3) Szynka gotowana 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1szt.

Obiad

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

Podwieczorek cukrzycowy – Serek wiejski 150g. (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Kabanos drobiowy 40g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 40g. (7) Wędlina 50g. Sałatka z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 40g. (7) Wędlina 50g. Sałatka z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 40g. (7) Wędlina 70g. Sałatka z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 40g. (7) Wędlina 50g. Sałatka z pomidorem b/z skórki 70g.
---	---	---	--	---

II kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Energia : 2201.77 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 109.37 g; Węglowodany ogółem: 278.74 g; Witamina C: 185.35 mg; Wapń: 930.31 mg; Sól: 2003.12 mg; Żelazo: 14.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.77 g; Cholesterol: 416.51 mg; Błonnik pokarmowy: 33.78 g.

14.10.2024r. Poniedziałek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor 70g. Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor 70g. Dżem 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor 70g. Wędlina 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 30g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1szt.

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Karkówka gotowana w sosie chrzanowym 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Karkówka gotowana w sosie mlecznym 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Karkówka gotowana w sosie chrzanowym 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Karkówka gotowana w sosie mlecznym 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Filet z kurczaka gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Sok wielowarzywny 250ml. (9)

Kolacja

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

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

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

Energia : 2233.51 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 130.42 g; Węglowodany ogółem: 278.64 g; Witamina C: 105.10 mg; Wapń: 975.73 mg; Sól: 2002.98 mg; Żelazo: 14.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.49 g; Cholesterol: 554.78 mg; Błonnik pokarmowy: 26.48 g

15.10.2024r. 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. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g. Jogurt naturalny 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

Zupa krem z białych warzyw z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kasza 200g. (1) Gulasz wieprzowy duszony 130/100g. (1) Surówka z kapusty 150g. Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kasza 200g. (1) Gulasz wieprzowy duszony 130/100g. (1) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kasza 200g. (1) Gulasz wieprzowy duszony 130/100g. (1) Surówka z kapusty 150g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa krem z białych warzyw z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kasza 200g. (1) Gulasz wieprzowy duszony 130/100g. (1) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kasza 200g. (1) Gulasz wieprzowy duszony 130/100g. (1) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
---	--	---	--	--

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

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 40g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 40g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 40g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 40g. (7) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 40g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.
---	---	---	--	--

II kolacja: Mus owocowo-warzywny 150g.

Dieta cukrzycowa: Owoc 1 szt.

Energia : 2136.19 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 106.31 g; Węglowodany ogółem: 261.05 g; Witamina C: 149.07 mg; Wapń: 767.52 mg; Sól: 2319.21 mg; Żelazo: 14.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.55 g; Cholesterol: 319.02 mg; Błonnik pokarmowy: 26.91 g

16.10.2024r. Środa

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) Pasta kanapkowa z soczewicy 70g. (9) Wędlina 20g. Ogórek 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta kanapkowa z soczewicy 70g. (9) Wędlina 20g. Ogórek 20g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Barszcz czerwony 300ml. (1,3,9) Makaron 200g. Sos boloński z mięsem z drobiowym 130/100g. (1,7) Surówka z marchewki i jabłka 150g. Kompot 250ml	Barszcz czerwony 300ml. (1,3,9) Makaron 200g. Sos boloński z mięsem z drobiowym 130/100g. (1,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Barszcz czerwony 300ml. (1,3,9) Makaron brązowy 200g. Sos boloński z mięsem z drobiowym 130/100g. (1,7) Surówka z marchewki i jabłka 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Barszcz czerwony 300ml. (1,3,9) Makaron 200g. Sos boloński z mięsem z drobiowym 130/100g. (1,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Barszcz czerwony 300ml. (1,3,9) Makaron 200g. Sos boloński z mięsem z drobiowym 130/100g. (1,7) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
---	--	---	--	---

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałatka ziemniaczana 100g. (3,9) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka ziemniaczana b/z majonezu 100g. (3,9) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałatka ziemniaczana b/z majonezu 100g. (3,9) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałatka ziemniaczana b/z majonezu 100g. (3,9) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałatka ziemniaczana b/z majonezu i b/z jajka 100g. (9) Sałata 30g.
--	--	---	--	--

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: Jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2236.90 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 118.82 g; Węglowodany ogółem: 321.01 g; Witamina C: 206.61 mg; Wapń: 993.64 mg; Sól: 2897.91 mg; Żelazo: 15.40 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.36 g; Cholesterol: 295.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.95 g

17.10.2024r. 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) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta jajeczna b/z majonezu 70g. (3,7) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3) Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta jajeczna b/z majonezu 70g. (3,7) Wędlina 20g. Sałata z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Pierś duszona drobiowa w sosie serowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Pierś duszona drobiowa w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Pierś duszona drobiowa w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot 250ml b/z cukru	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Pierś duszona drobiowa w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Pierś duszona drobiowa w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Salceson biały z indyka 50g. Musztarda 10g. (9) Ser topiony 20g. (7) Sałatka z pomidorem i ogórkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałatka z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałatka z pomidorem i ogórkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałatka z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałatka z pomidorem b/z skórki 70g.
---	--	---	---	--

II kolacja: Kisiel owocowy 150g.

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

Energia : 2273.62 kcal; Białko ogółem: 85.15 g; Tłuszcz: 121.09 g; Węglowodany ogółem: 237.99 g; Witamina C: 165.48 mg; Wapń: 701.34 mg; Sól: 2616.22 mg; Żelazo: 11.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.88 g; Cholesterol: 511.22 mg; Błonnik pokarmowy: 26.76 g.

18.10.2024r. Piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Jogurt naturalny 150g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – Serek wiejski 150g. (7)

Obiad

Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Jajko sadzone 2 szt. (3) Ziemniaki 250g. Mizeria na kefirze 200g. (7) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./130g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Szpinak 200g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./130g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Mizeria na kefirze 200g. (7) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./130g (3) Ziemniaki 250g. Szpinak 200g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./130g. (3) Ziemniaki 250g. Szpinak 200g. Kompot 250ml.
---	--	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Śledź w oleju 70g. (4) Ser żółty 40g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z pomidorem 70g. (3,4) Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z pomidorem 70g. (3,4) Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z pomidorem 70g. (3,4) Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z pomidorem 70g. (3,4) Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.
---	---	---	--	--

II kolacja: Koktajl owocowy 200ml. (7)

Dieta cukrzycowa: Kefir naturalny 200ml. (7)

Energia : 2215.74 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 83.09 g; Węglowodany ogółem: 363.82 g; Witamina C: 160.41 mg; Wapń: 576.40 mg; Sól: 2131.21 mg; Żelazo: 12.70 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.01 g; Cholesterol: 281.85 mg; Błonnik pokarmowy: 34.18 g.

19.10.2024r. Sobota

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 żółty 50g. (7) Wędlina 30g. Pomidor z cebulką 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa żurek z kiebasą 300ml. (1,7,9) Bigos 200g. Ziemniaki 250g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,3,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,9) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,3,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,9) Ziemniaki 250g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,3,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,9) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,3,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,9) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy–Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta kanapkowa drobiowa 70g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta kanapkowa drobiowa 70g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta kanapkowa drobiowa 70g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta kanapkowa drobiowa 100g. Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta kanapkowa drobiowa 70g. Sałata lodowa z pomidorkami b/z skórki 100g. (7)
---	---	---	---	--

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

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

Energia : 2245.07 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 85.37 g; Węglowodany ogółem: 300.09 g; Witamina C: 212.66 mg; Wapń: 974.96 mg; Sól: 2199.88 mg; Żelazo: 14.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.48 g; Cholesterol: 237.80 mg; Błonnik pokarmowy: 37.63 g

20.10.2024r. 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) Wędlina 30g. Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Ogórek zielony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 30g. Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 30g. Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Ogórek zielony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 30g. Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 30g. Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Pomidor 70g.

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

Obiad

Zupa z fasolki szparagowej 300ml. (7,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka z groszkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa z fasolki szparagowej 300ml. (7,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa z fasolki szparagowej 300ml. (7,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka z groszkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa z fasolki szparagowej 300ml. (7,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (7,9) Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
---	--	--	--	--

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

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Kabanos drobiowy 40g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kiri 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kiri 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Ser kiri 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kiri 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	---	---	--	---

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

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

Energia : 2335.78 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 96.50 g; Węglowodany ogółem: 312.24 g; Witamina C: 280.37 mg; Wapń: 886.85 mg; Sól: 2368.95 mg; Żelazo: 15.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; Cholesterol: 228.53 mg; Błonnik pokarmowy: 41.76 g