

## 11. 11.2024r. poniedziałek

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor z cebulką 70g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Ser biały 30g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor bez skórki 70g.

### II śniadanie cukrzycowe- Biskopcy b/z cukru (7)

### Obiad

Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (9,1) Kurczak pieczony w sosie koperkowy 130/100g (1,3) Ziemniaki 250g. Buraki ze słonecznikiem 200g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (9,1) Kurczak gotowany 130g. Sos koperkowy 100ml (1,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (9,1) Kurczak pieczony 130g Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. jabłko Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (9,1) Kurczak pieczony 130g. Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z kaszką manną 300ml. (1,9) Ziemniaki 250g. Kurczak gotowany 130g.. Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml
--	---	--	--	---

### Podwieczerek cukrzycowy-kisiel 200g

### Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Ser biały 30 g(7) Wędlina drobiowa 50g. Sałata z pomidorem i siemieniem Inianym70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 50g. Ser biały30g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Ser biały 30g.(7) Wędlina drobiowa 50g Sałata z pomidorem i siemieniem Inianym70g..	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 50g. Ser biały 30g. (7) Sałata z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 50g. Ser biały 30g. (7) Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.
---	---	---	---	--

### 2 kolacja : Jogurt naturalny 150ml (7)

Energia : 2561.85 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 112.27 g; Węglowodany ogółem: 311.98 g; Witamina C: 276.15 mg; Wapń: 919.53 mg; Sól: 1814.53 mg; Żelazo: 17.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.67 g; Cholesterol: 1288.90 mg; Błonnik pokarmowy: 31.38 g

## 12.11.2024r. wtorek

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Ogórek kiszony70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Ogórek kiszony70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek)110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Ser biały 20g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

### Obiad

Zupa jarzynowa z fasolką 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z cukinią 200g. Ryż 250g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z cukinią 200g. Ryż 250g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z cukinią 200g. Ryż 250g. Surówka z białej kapusty 150g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z cukinią 200g. Ryż 250g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z cukinią 200g. Ryż 250g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy –Gruszka

### Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka familijna 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka familijna 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka familijna 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka familijna 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek)110g (1) Masło 15g. (7) Szynka familijna 50g. Pomidor bez skórki 70g.
---	---	---	---	---

2 kolacja : Kisiel z owocami 200ml Cukrzyca bez cukru

Energia : 2347.91 kcal; Białko ogółem: 74.83 g; Tłuszcz: 84.60 g; Węglowodany ogółem: 343.68 g; Witamina C: 66.86 mg; Wapń: 683.10 mg; Sól: 1348.73 mg; Żelazo: 11.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.02 g; Cholesterol: 245.07 mg; Błonnik pokarmowy: 24.11 g

**13.11.2024r. środa****Śniadanie**

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

II śniadanie cukrzycowe- jabłko 1 szt.

**Obiad**

Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet mielony z cebulką 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Surówka wielowarzywna ze słonecznikiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,7,3,9) Kotlet mielony gotowany 130g Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Dyńa gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet mielony gotowany 130g Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Surówka wielowarzywna 150g. Dyńa got 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,7,3,9) Kotlet mielony gotowany 130g Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Dyńa gotowana200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,7,3,9) Kotlet mielony gotowany 130g Sos mleczny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Dyńa gotowana 200g. Kompot 250ml.
---	--	--	---	--

Podwieczorek cukrzycowy- kisiel 200 ml

**Kolacja**

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa piwna 50g. Papryka konserwowa 70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony . (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa piwna 50g. Pomidor 70g	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa piwna 50g. Papryka konserwowa 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Kiełbasa piwna 50g. Jajko1 szt. Pomidor 70g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Kiełbasa drobiowa 50g.. Pomidor bez skórki 70g
---	--	--	---	---

2 kolacja: sok pomidorowy 1 szt.

Energia : 2081.21 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 73.34 g; Węglowodany ogółem: 292.02 g; Witamina C: 102.59 mg; Wapń: 574.32 mg; Sól: 1837.15 mg; Żelazo: 10.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.22 g; Cholesterol: 300.28 mg; Błonnik pokarmowy: 27.73 g

**14.11.2024r. czwartek****Śniadanie**

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

II śniadanie cukrzycowe– jabłko 1szt.

**Obiad**

Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy Sos naturalny 130/100g. (1) Kasza 250g. Buraczki 200g. Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml (1,7,9) Gulasz drobiowy Sos naturalny 130/100g. (1) Kasza 250g. Buraczki 200g. Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy Sos naturalny 130/100g. (1) Kasza 250g. Buraczki 200g. Kompot b/cukru 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy Sos naturalny 130/100g. (1) Kasza 250g. Buraczki 200g. Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy Sos koperkowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowny200g. ( 1) Kompot 250ml.
---	--	---	---	--

Podwieczerek cukrzycowy – budyń 150g.

**Kolacja**

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

**2 kolacja: twarożek 100g. (7)**

Energia : 2136.62 kcal; Białko ogółem: 56.73 g; Tłuszcz: 71.43 g; Węglowodany ogółem: 341.44 g; Witamina C: 152.88 mg; Wapń: 551.04 mg; Sól: 1146.39 mg; Żelazo: 8.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.22 g; Cholesterol: 198.44 mg; Błonnik pokarmowy: 27.32 g

**15.11.2024 r. piątek****Śniadanie**

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Herbata 250ml Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko1 szt.(3) Pasta z soczewicy 50g Pomidor 50g	Herbata 250ml Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko1szt(3) Pomidor 50g Sałata 30g	Herbata 250ml ryżem 300ml.(1) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko1 szt.(3) Pasta z soczewicy 50g Pomidor 50g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Masło 15g.(7) Jajko1 szt.(3) Wędlina 20g. Pomidor 50g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Masło 15g.(7) Pasta z białka z jaja z koperkiem 70g. (3) Pomidor 50g Sałata 30g

II śniadanie cukrzycowe- Sok pomidorowy 200ml

**Obiad**

Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet rybny smażony 130g Sos koperkowy 130/100g. (1,7) Bukiet warzyw 200g Ziemniaki 250g Kompot 250ml.	Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet rybny gotowany130g Sos koperkowy 130/100g. (1,7) Bukiet warzyw 200g Ziemniaki 250g Kompot 250ml.	Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet rybny gotowany130g Sos koperkowy 130/100g. (1,7) Bukiet warzyw 200g Ziemniaki 250g kiwi1szt. Kompot 250ml.	Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet rybny gotowany130g Sos koperkowy 130/100g. (1,7) Bukiet warzyw 200g Ziemniaki 250g Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana 300,ml. (1,3,7,9) Kotlet rybny gotowany130g Sos koperkowy 130/100g. (1,7) Jarzyny z wody 200g (9) Ziemniaki 250g Kompot 250ml.
--	--	--	--	---

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

**Kolacja**

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g. Sałatka z pomidora i ogórka kiszzonego 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 pomidora i ogórka kiszzonego z siemieniem lnianym 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g. Wędlina 30g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g Pomidor bez skórki 70g.
--	---	---	--	--

2 kolacja: jogurt naturalny 150 ml. (7)

Energia : 2703.45 kcal; Białko ogółem: 90.41 g; Tłuszcz: 82.56 g; Węglowodany ogółem: 429.02 g; Witamina C: 123.45 mg; Wapń: 751.04 mg; Sól: 1829.17 mg; Żelazo: 10.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.59 g; Cholesterol: 249.20 mg; Błonnik pokarmowy: 33.37 g

**16.11.2024r. 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 50g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Chleb baltonowski-krojony 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina-drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет 50g. Wędlina 30g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina -drobiowa 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina- drobiowa 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

**Obiad**

Zupa fasolowa(1,7,9) Makaron w sosie bolońskim 450g.(1,3,9) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Makaron w sosie bolońskim 450g.(1,3,9) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Makaron razowy w sosie bolońskim 450g.(1,3,9) jabłko Kompot b/z cukru 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Makaron w sosie bolońskim 450g.(1,3,9) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Makaron w sosie bolońskim 350g.(1,3,9) Kompot 250ml
--	--	---	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Gruszka

**Kolacja**

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

2 kolacja: Jabłko 1 szt

Energia : 2152.47 kcal; Białko ogółem: 61.81 g; Tłuszcz: 93.99 g; Węglowodany ogółem: 289.59 g; Witamina C: 125.94 mg; Wapń: 605.52 mg; Sól: 2167.11 mg; Żelazo: 9.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.96 g; Cholesterol: 355.62 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g.

## 17.11.2024r. niedziela

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kakao na mleku 250ml.(7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Kakao na mleku 250ml.(7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Kakao na mleku 250ml.(7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Kakao na mleku 250ml.(7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Kakao na mleku 250ml.(7) Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor bez skórki 70g.

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

### Obiad

Rosół z makaronem 300ml.(1,9,3) Udko gotowane 130g Sos potrawkowy 100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Groszek z marchewką 200g (1) . Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml.(1,9,3) Udko gotowane 130g Sos potrawkowy 100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g (1) . Kompot 250ml	Rosół z makaronem razowym300ml. (1,9,3) Udko gotowane 130g Sos potrawkowy130/100 g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Groszek z marchewką 200g (1) . Jabłko150 g Kompot 250ml b/z cukru	Rosół z makaronem 300ml.(1,9,3) Udko gotowane 130 g Sos potrawkowy 100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g (1) . Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml.(1,9,3) Udko gotowane 130 g, Sos mleczny 100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowany 200g(1, ) Kompot 250ml
--	---	---	--	---

### Podwieczorek cukrzycowy – wafle ryżowe

### 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: Budyń 150ml (7) / budyń bez cukru

Energia : 2152.47 kcal; Białko ogółem: 61.81 g; Tłuszcz: 93.99 g; Węglowodany ogółem: 289.59 g; Witamina C: 125.94 mg; Wapń: 605.52 mg; Sól: 2467.11 mg; Żelazo: 9.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.96 g; Cholesterol: 355.62 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g

## 18.11.2024r. 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) Twarożek ze szczypiorkiem70g (7) Dżem 20g. Pomidor 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Chleb baltonowski-krojony 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 70g(7) Dżem 20g. Pomidor 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Twarożek70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek70g. (7) Dżem 20g. Pomidor 30g.

II śniadanie cukrzycowe – kisiel z tartym jabłkiem 200g

### Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków drobiowych –130 g.(,1) Surówka z kiszonej kapusty z siemieniem Inianym150g. Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (1,7,9) Gulasz z żołądków drobiowych-gotowany 130g Sos jarzynowy 150ml.(1,9) Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków drobiowych-gotowany 130g Sos jarzynowy 150ml.(9) Ziemniaki250g. Surówka z kiszonej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków drobiowych-gotowany 130g Sos jarzynowy150ml.(9) Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków drobiowych-gotowany 130g Sos jarzynowy150ml.(9) Ziemniaki250g. Kompot 250ml
--	---	---	--	--

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

### Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony110g (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa żywiecka 50g. Ogórek kiszony70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony110g (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa krakowska drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Kiełbasa żywiecka 50g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110)(1) Masło 15g.(7) Kiełbasa krakowska drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek ) 110g.(1) Masło 15g.(7) Kiełbasa krakowska drobiowa 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
--	--	--	---	--

2 kolacja Mus owocowy 100 g

Energia : 2187.72 kcal; Białko ogółem: 83.01 g; Tłuszcz: 86.56 g; Węglowodany ogółem: 292.65 g; Witamina C: 165.19 mg; Wapń: 660.08 mg; Sól: 2806.08 mg; Żelazo: 8.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.71 g; Cholesterol: 164.64 mg; Błonnik pokarmowy: 25.38 g.



## 19.11.2024r. wtorek

### Śniadanie

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

### II śniadanie cukrzycowe- jabłko

### Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9) Pulpet wieprzowy 130g.(1,3,7) Sos chrzanowy 100ml (1,7) Ziemniaki 200g. Surówka z białej kapusty 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9) Pulpet wieprzowy 130g.(1,3,7) Sos biały-mleczny 100ml(1,7) Ziemniaki 200g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300ml. (9) Pulpet wieprzowy 130g.(1,3,7) Sos biały-mleczny 100ml(1,7) Ziemniaki 200g. Surówka z białej kapusty 200g. (9,7) Kompot 250ml b/z cukru	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Pulpet wieprzowy 130g.(1,3,7) Sos biały-mleczny 100ml(1,7) Ziemniaki 200g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9) Pulpet wieprzowy 130g.(1,3,7) Sos biały-mleczny 100ml(1,7) Ziemniaki 200g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
---	--	---	--	--

### Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

### Kolacja

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

### 2 kolacja: twaróg 100 g

Energia : 2206.58 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 98.28 g; Węglowodany ogółem: 260.21 g; Witamina C: 136.75 mg; Wapń: 842.90 mg; Sód: 4968.15 mg; Żelazo: 14.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.38 g; Cholesterol: 325.32 mg; Błonnik pokarmowy: 26.69 g

**20.11.2024r. 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) Kiełbasa piwna 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Chleb baltonowski-krojony 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek 30g. (7) Polędwica drobiowa 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem brązowym 300g. (7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek 30g. (7) Kiełbasa piwna 50g. Sałata 30g	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek 50g (7) Polędwica drobiowa 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g (1) Masło 15g.(7) twarożek 30g. (7) Polędwica drobiowa 50g. Sałata 30g.

**II śniadanie cukrzycowe – wafle ryżowe****Obiad**

Zupa dyniowa z lanymi kluseczkami 300ml . (1,9,3 ) Filet z kurczaka panierowan130g (1,3,7) Ziemniaki 250g. Kalafior 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa dyniowa z lanymi kluseczkami 300ml . (1,9,3 ) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Kalafior 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa dyniowa z lanymi kluseczkami 300ml . (1,9,3 ) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Kalafior 200g.(7) Surówka z kapusty białej 150g. Kompot 250ml.	Zupa dyniowa z lanymi kluseczkami 300ml . (1,9,3 ) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Kalafior 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa dyniowa z lanymi kluseczkami 300ml . (1,9,3 ) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos potrawkowy100 ml (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g 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: Sok pomidorowy 200ml**

Energia : 2095.70 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 57.09 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; Witamina C: 157.18 mg; Wapń: 922.01 mg; Sód: 5326.89 mg; Żelazo: 11.60 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; Cholesterol: 502.74 mg; Błonnik pokarmowy: 26.17 g

## 21.11.2024r. 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. (3,10) 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 kaszą jęczmienną 300ml. (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) Szynka konserwowa 30g. Pomidor 70g. Dżem 20g.

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

### Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Rolada z mięsa mielonego z brokułem-duszona 130 g.(1,3,7), Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Rolada z mięsa mielonego z brokułem-duszona 130 g.(1,3,7), Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300ml. (9,1,3) Rolada z mięsa mielonego z brokułem -duszona 130 g.(1,3,7), Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Rolada z mięsa mielonego z brokułem 130 g.(1,3,7)-duszona Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Ziemniaki 250g. Rolada z mięsa mielonego <b>b/z brokuła</b> 130 g.(1,3,7), Sos koperkowy100ml. (1,7) Buraki 200g. Kompot 250ml
--	---	--	--	--

### Podwieczorek cukrzycowy- Jogurt naturalny 150 g (7)

### Kolacja

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

2 kolacja : mus owocowo-warzywny(100g) 1 szt.

Energia : 2040.25 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 69.63 g; Węglowodany ogółem: 275.68 g; Witamina C: 88.58 mg; Wapń: 883.71 mg; Sód: 4994.71 mg; Żelazo: 10.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.06 g; Cholesterol: 326.59 mg; Błonnik pokarmowy: 24.01 g