

## 1.10.2024r. 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) Ser żółty 50g. (7) Pomidor z cebulką 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Kiełbasa krakowska drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa krakowska drobiowa 50g. Pomidor z cebulką 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek)110g.(1) Masło 15g.(7) Kiełbasa krakowska 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) Kiełbasa krakowska 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 brązowy 250g. Jabłko 1 szt 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 –jabłko

### Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałatka z pomidora70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałatka z pomidora70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałatka z pomidora70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 100g. (4,9) Sałatka z pomidora70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek)110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałatka z pomidora bez skórki70g.
--	--	--	---	--

2 kolacja : jogurt naturalny 150 ml (7)

Energia : 2083.98 kcal; Białko ogółem: 72.79 g; Tłuszcz: 84.14 g; Węglowodany ogółem: 283.76 g; Witamina C: 232.04 mg; Wapń: 653.17 mg; Sól: 2643.01 mg; Żelazo: 9.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.44 g; Cholesterol: 249.84 mg; Błonnik pokarmowy: 26.61 g.

## 2.10.2024r. 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 dr. 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 dr. 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 dr. 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 dr. 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- kisiel 200ml

### Obiad

Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Sztuka mięsa duszona 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki 250g. Surówka wielowarzywna ze słonecznikiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,7,3,9) Sztuka mięsa duszone 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki 250g. Dyńa gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Sztuka mięsa duszona 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki 250g. Surówka wielowarzywna 150g. kalafior 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,7,3,9) Sztuka mięsa duszona 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki 250g. Dyńa gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z makaronem 300ml. (1,7,3,9) Sztuka mięsa gotowana 130g. Sos mleczny 100ml.(1,7) Ziemniaki 250g. Dyńa gotowana 200g. Kompot 250ml.
--	---	---	---	--

Podwieczerek cukrzycowy- wafle ryżowe

### Kolacja

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

2 kolacja: sok pomidorowy 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: 2467.11 mg; Żelazo: 9.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.96 g; Cholesterol: 355.62 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g

### **3.10.2024r. 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. Sałata30g.	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. Sałata30g.	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. Sałata30g.	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. Sałata30g.	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. Sałata30g.

II śniadanie cukrzycowe– jabłko 1szt.

#### Obiad

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

Podwieczerek cukrzycowy – budyń 150g.

#### Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka luksusowa 50g. Rukola z pomidorem i pestkami słonecznika 100g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka luksusowa . 50g. 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.
---	--	--	---	--

2kolacja : twarożek150 g.(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

## 4.10.2024 r. piątek

### Śniadanie

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

### II śniadanie cukrzycowe- Sok pomidorowy 200ml

### Obiad

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

### Podwieczorek cukrzycowy – wafle ryżowe

### Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g. Pomidor 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. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 70g Pomidor bez skórki70g.
--	---	---	--	---

### 2 kolacja: Kisiel 200ml.

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

## 5.10.2024r. sobota

### Śniadanie

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

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

### Obiad

Zupa grochowa (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym 200g/100g Sos waniliowy100ml Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym 200g/100g Sos waniliowy100ml (1,7) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż (brązowy z musem jabłkowym)200g/100g Sos waniliowy be z cukru 100ml (1,7) Kompot b/z cukru 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym 200g/100g Sos waniliowy100ml (1,7) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym200g/100g Sos waniliowy100ml (1,7) Kompot 250ml
--	---	--	---	--

Podwieczorek cukrzycowy – Gruszka 1 szt.

### Kolacja

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

2 kolacja: jogurt naturalny 150 ml(7).

Energia : 2127.71 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 72.36 g; Węglowodany ogółem: 310.31 g; Witamina C: 428.93 mg; Wapń: 1044.11 mg; Sól: 2672.96 mg; Żelazo: 12.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.57 g; Cholesterol: 271.56 mg; Błonnik pokarmowy: 31.22 g

## 6.10.2024r. 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) Roladka drobiowa z warzywami , Sos mleczny 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 200g (1) . Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos mleczny 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g (1) . Kompot 250ml	Rosół z makaronem razowym300ml. (1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos mleczny 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 200g (1) . Jabłko150 g Kompot 250ml b/z cukru	Rosół z makaronem 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos mleczny 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g (1) . Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos mleczny 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowany 200g(1,7) Kompot 250ml
--	--	---	--	---

Podwieczorek cukrzycowy – pomarańcza 1 szt

### Kolacja

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

2 kolacja: budyń 200ml(7)/ cukrzyca budyń 200 ml bez cukru(7).

Energia : 2461.89 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 107.65 g; Węglowodany ogółem: 316.14 g; Witamina C: 278.24 mg; Wapń: 901.26 mg; Sól: 2888.54 mg; Żelazo: 15.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.89 g; Cholesterol: 267.77 mg; Błonnik pokarmowy: 40.08 g

## 7.10.2024r. 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 szczypiorkiem. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Chleb baltonowski-krojony 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 70g(7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek70g. (7) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Twarożek70g. (7) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek70g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe – kisiel z tartym jabłkiem 200g

### Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Wątróbka drobiowa z cebulką smażona130g.(4,1) Surówka z kiszanej kapusty z siemieniem Inianym150g. Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (1,7,9) Wątróbka gotowana.(4,) Sos jarzynowy 150ml.(9) Marchew got 200g. Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Wątróbka gotowana130g.(4) Sos jarzynowy 150ml.(9) Ziemniaki250g. Surówka z kiszanej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Wątróbka gotowana130g.(4) Sos jarzynowy150ml.(9) Marchew got 200g. Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpet gotowany130g.(4) Sos jarzynowy150ml.(9) Marchew got 200g. Ziemniaki250g. Kompot 250ml
---	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

### Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony110g (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa żywiecka 50g. Ogórek kiszony 70g.	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 :twarożek z zielenią 100g (7).

Energia : 2401.77 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

## 8.10.2024r. 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) Zupa mleczna z kluseczkami 300ml(1,3,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z kluseczkami 300ml(1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ogórek zielony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z kluseczkami 300ml(1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 40g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z kluseczkami 300ml(1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- wafle ryżowe.

### Obiad

Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Makaron w sosie pieczarkowym z mięsem 400g. (1,7,3,9) . (9,7) Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Makaron w sosie bolońskim 400g. (1,7,3,9) Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Makaron w sosie bolońskim 400g. (1,7,3,9) Kompot 250ml b/z cukru	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Makaron razowy w sosie bolońskim 400g.400g. (1,7,3,9) Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (7,9) Makaron w sosie bolońskim 400g.400g. (1,7,3,9) 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: mus owocowy 1 op.

Energia : 2614.77 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 127.69 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; Witamina C: 211.57 mg; Wapń: 996.50 mg; Sól: 3978.33 mg; Żelazo: 16.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.72 g; Cholesterol: 382.19 mg; Błonnik pokarmowy: 30.85 g



**9.10.2024r. 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) Kiełbasa piwna 50g. Ogórek świeży 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Chleb baltonowski-krojony 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica drobiowa 50g. Pomidor 70g	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem brązowym 300g. (7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa piwna 50g. Ogórek świeży 70g	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica drobiowa 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g (1) Masło 15g.(7) (7) Polędwica drobiowa 50g. Pomidor bez skórki 70g.

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

Zupa dyniowa kluseczkami 300ml . (1,9,3 ) Filet z kurczaka panierowan130g (1,3,7) Ziemniaki 250g. Kalafior 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa dyniowa 300ml . (1,9,3 ) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Kalafior 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa dyniowa 300ml . (1,9,3 ) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Kalafior 200g.(7) Surówka z kapusty 150g. Kompot 250ml.	Zupa dyniowa 300ml . (1,9,3 ) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Kalafior 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa dyniowa 300ml . (1,9,3 ) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos potrawkowy100 ml (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana200g Kompot 250ml.
---	---	--	---	--

**Podwieczerek cukrzycowy- budyń 200ml.****Kolacja**

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

\_2 kolacja: jabłko 1 szt.

Energia : 2644.70 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 95.99 g; Węglowodany ogółem: 393.42 g; Witamina C: 97.07 mg; Wapń: 571.06 mg; Sól: 2583.11 mg; Żelazo: 11.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.12 g; Cholesterol: 231.75 mg; Błonnik pokarmowy: 32.57 g

## 10.10.2024r. 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) Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml. 1,(7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3). Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml. 1,(7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) 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- Biskopity b/z cukru (7)

### Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Rolada z mięsa mielonego z brokułem 130 g.(1,3,7), Sos koperkowy 100ml. (1,7) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Ziemniaki 250g. Rolada z mięsa mielonego z brokułem 130 g.(1,3,7), Sos koperkowy 100ml. (1,7) Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300ml. (9,1,3) Rolada z mięsa mielonego z brokułem 130 g.(1,3,7), Sos koperkowy100ml. (1,7) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. kiwi 1 szt. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Rolada z mięsa mielonego z brokułem 130 g.(1,3,7), Sos koperkowy100ml. (1,7) 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 drobiowa 70g. 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 : 2277.69 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 88.09 g; Węglowodany ogółem: 296.70 g; Witamina C: 128.23 mg; Wapń: 582.15 mg; Sól: 2681.69 mg; Żelazo: 13.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.00 g; Cholesterol: 672.80 mg; Błonnik pokarmowy: 29.43 g