

## 21. 10.2024r. 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- Biszkopty b/z cukru (7)

### Obiad

Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (9,1) Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 130/100g (1,3) kasza 250g. Buraki ze słonecznikiem 200g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (9,1) Sztuka mięsa gotowana 130g. Sos koperkowy100ml (1,7) kasza 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (9,1) Sztuka mięsa gotowana 130g. Sos koperkowy100ml (1,7) kasza 250g. Buraki 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (9,1) Sztuka mięsa gotowana 130g. Sos koperkowy100ml (1,7) kasza 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z kaszką manną 300ml. (1,9) Ziemniaki 250g. Sztuka mięsa gotowana 130g. Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Podwieczorek cukrzycowy-kisiel 200ml.

### Kolacja

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

2 kolacja : Jabłko 1 szt.

Energia : 2653.70 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 102.54 g; Węglowodany ogółem: 356.74 g; Witamina C: 91.25 mg; Wapń: 503.63 mg; Sól: 1504.38 mg; Żelazo: 13.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.52 g; Cholesterol: 435.42 mg; Błonnik pokarmowy: 27.82 g

## 22.10.2024r. 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) Ogórek kiszony70g.	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. Ogórek kiszony70g.	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 250g. Kompot b/z cukru 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 1 szt.

### Kolacja

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

2 kolacja : jogurt naturalny 150 ml (7)

Energia : 2264.81 kcal; Białko ogółem: 69.96 g; Tłuszcz: 109.83 g; Węglowodany ogółem: 278.64 g; Witamina C: 197.41 mg; Wapń: 816.08 mg; Sól: 2287.05 mg; Żelazo: 10.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.21 g; Cholesterol: 274.85 mg; Błonnik pokarmowy: 29.60 g

**23.10.2024r. 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 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 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

## II śniadanie cukrzycowe- wafle ryżowe

## Obiad

Zupa barszcz ukraiński 300ml. (1,3,7,9) Sztuka mięsa 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Surówka wielowarzywna ze słończnikiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z ryżem 300ml. (1,7,3,9) Sztuka mięsa 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Dyńa gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z ryżem 300ml. (1,3,7,9) Sztuka mięsa 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Surówka wielowarzywna 150g. kalafior 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa koperkowa z ryżem 300ml. (1,7,3,9) Sztuka mięsa 130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Dyńa gotowana200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z ryżem 300ml. (1,7,3,9) Sztuka mięsa 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) Szynka drobiowa 50g. Papryka konserwowa 70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony . (1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor 70g	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Papryka konserwowa 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Jajko1 szt. Pomidor 70g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor bez skórki70g
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 2 kolacja: sok pomidorowy 1 szt.

Energia : 2237.82 kcal; Białko ogółem: 87.68 g; Tłuszcz: 90.32 g; Węglowodany ogółem: 296.37 g; Witamina C: 263.55 mg; Wapń: 913.72 mg; Sól: 1838.98 mg; Żelazo: 11.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.65 g; Cholesterol: 289.38 mg; Błonnik pokarmowy: 29.25 g

## 24.10.2024r. 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.	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 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. surówka z białej kapusty 200g.(1) Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml (1,7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowany 200g. (1) Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. surówka z białej kapusty 200g.(1) Kompot b/cukru 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowany 200g (1) Kompot 250ml.	Zupa krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowany 200g. (1) Kompot 250ml.
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Podwieczerek cukrzycowy – budyń 150g.

### Kolacja

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

2 kolacja : twarożek 100 g.(7)

Energia : 2213.26 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz: 66.20 g; Węglowodany ogółem: 344.38 g; Witamina C: 117.44 mg; Wapń: 688.76 mg; Sól: 1897.08 mg; Żelazo: 8.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.89 g; Cholesterol: 220.05 mg; Błonnik pokarmowy: 23.03 g.

## 25.10.2024 r. piątek

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Herbata 250ml. (1,7) 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. (1,7) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko1szt(3) Pomidor 50g Dżem 25g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko1 szt.(3) Pasta z soczewicy 50g Pomidor 50g	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Masło 15g.(7) Jajko1 szt.(3) Wędlina 20g. Pomidor 50g Dżem 25g.	Herbata 250ml. (1,7) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Masło 15g.(7) Pasta z białka z jaja z koperkiem 70g. (3) Pomidor bez skórki 50g Dżem 25g.

### II śniadanie cukrzycowe- Sok pomidorowy 200ml

### Obiad

Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Ryż z musem jabłkowym 350g Sos waniliowy 150g. Kompot 250ml.	Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Ryż z musem jabłkowym 350g Sos waniliowy 150g. Kompot 250ml.	Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Ryż z musem jabłkowym 350g Sos waniliowy 150g. Kompot 250ml.	Zupa brokułowa z lanym ciastem 300ml. (1,3,7,9) Ryż z musem jabłkowym 350g Sos waniliowy 150g. Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana 300,ml. (1,3,7,9) Ryż z musem jabłkowym 350g Sos waniliowy 150g. Kompot 250ml.
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Podwieczorek cukrzycowy – Jabłko 1 szt.

### 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 : 2113.07 kcal; Białko ogółem: 96.62 g; Tłuszcz: 65.31 g; Węglowodany ogółem: 310.35 g; Witamina C: 107.84 mg; Wapń: 732.63 mg; Sól: 1769.98 mg; Żelazo: 10.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.01 g; Cholesterol: 266.48 mg; Błonnik pokarmowy: 28.66 g.

**26.10.2024r. 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) Wędlina- 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) Wędlina - 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina- 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 350g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Makaron w sosie bolońskim 350g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Makaron razowy w sosie bolońskim 350g. Jabłko 150g Kompot b/z cukru 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Makaron w sosie bolońskim 350g.(1,3,9) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Makaron w sosie bolońskim 350g.(1,3,9) Kompot 250ml
-------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------

Podwieczorek cukrzycowy – Gruszka

**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. Pomidor70g
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2 kolacja: sok pomidorowy 200ml.

Energia : 2580.21 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 88.30 g; Węglowodany ogółem: 363.95 g; Witamina C: 136.87 mg; Wapń: 827.29 mg; Sól: 1578.81 mg; Żelazo: 16.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.17 g; Cholesterol: 772.40 mg; Błonnik pokarmowy: 27.17 g.

**27.10.2024r. 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) Kiełbasa śląska na ciepło 70g, Musztarda 20g (10) Pomidor 70g.	Kakao na mleku 250ml.(7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa na ciepło70g. Ketchup 20g. Pomidor 70g.	Kakao na mleku 250ml.(7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa śląska na ciepło 70g, Musztarda 20g (10) Pomidor 70g.	Kakao na mleku 250ml.(7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa na ciepło70g. Pomidor 70g. Ketchup 20g.	Kakao na mleku 250ml.(7) Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g. (1) Parówka drobiowa na ciepło70g. Ketchup 20g. Pomidor bez skórki 70g.

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

Rosół z kaszką manną 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos potrawkowy130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 200g (1) . Kompot 250ml	Rosół z kaszką manną 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos potrawkowy 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g (1) . Kompot 250ml	Rosół z kaszką manną 300ml. (1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos potrawkowy130/100 g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 200g (1) . Jabłko150 g Kompot 250ml b/z cukru	Rosół z kaszką manną 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos potrawkowy130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g (1) . Kompot 250ml	Rosół z kaszką manną 300ml.(1,9,3) Roladka drobiowa z warzywami , Sos mleczny 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowany 200g(1, ) Kompot 250ml
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Podwieczerek cukrzycowy – wafle ryżowe****Kolacja**

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

**2 kolacja: Jabłko 1 szt.**

Energia : 2135.77 kcal; Białko ogółem: 65.16 g; Tłuszcz: 70.99 g; Węglowodany ogółem: 330.52 g; Witamina C: 121.84 mg; Wapń: 499.34 mg; Sól: 2419.38 mg; Żelazo: 8.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.95 g; Cholesterol: 232.05 mg; Błonnik pokarmowy: 23.92 g

## **28.10.2024r. 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) Gulasz z żołądków drobiowych – duszony 130 g.(,1) Surówka z kiszanej kapusty z siemieniem lnianym150g. Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (1,7,9) Gulasz z żołądków drobiowych-gotowany 130g Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków drobiowych-gotowany 130g Ziemniaki250g. Surówka z kiszanej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków drobiowych-gotowany 130g Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz z żołądków drobiowych-gotowany 130g 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 budyń 200ml(7)/ cukrzyca bez cukru

Energia : 2135.77 kcal; Białko ogółem: 65.16 g; Tłuszcz: 70.99 g; Węglowodany ogółem: 330.52 g; Witamina C: 121.84 mg; Wapń: 499.34 mg; Sól: 2419.38 mg; Żelazo: 8.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.95 g; Cholesterol: 232.05 mg; Błonnik pokarmowy: 23.92 g.



**29.10.2024r. 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) 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- mus owocowy.****Obiad**

Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9) Pulpet wieprzowy 130g.(1,3,7) Sos chrzanowy 100ml (1,7) kasza 200g. Buraczki 200 g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9) Pulpet wieprzowy 130g.(1,3,7) Sos biały-mleczny 100ml(1,7) kasza 200g. Buraczki 200 g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300ml. (9) Pulpet wieprzowy 130g.(1,3,7) Sos biały-mleczny 100ml(1,7) kasza 200g. Buraczki 200 g. (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) kasza 200g. Buraczki 200 g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (9) Pulpet wieprzowy 130g.(1,3,7) Sos biały-mleczny 100ml(1,7) Ziemniaki 200g.  Buraczki 200 g. 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: twarożek z zieleniną 100 g**

Energia : 2522.05 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 87.31 g; Węglowodany ogółem: 354.03 g; Witamina C: 214.07 mg; Wapń: 711.26 mg; Sól: 1743.77 mg; Żelazo: 10.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.90 g; Cholesterol: 296.23 mg; Błonnik pokarmowy: 32.36 g.

**30.10.2024r. 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) 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 z pestkami dyni30g.	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 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 koperkowy 100ml (1,3,7) Ziemniaki 250g. marchew gotowana 200g Kompot 250ml.
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Podwieczorek cukrzycowy- Gruszka****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: Jabłko.**

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; Sól: 2968.15 mg; Żelazo: 14.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.38 g; Cholesterol: 325.32 mg; Błonnik pokarmowy: 26.69 g

## 31.10.2024r. czwartek

### Śniadanie

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

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

### Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Ziemniaki 250g 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) Ziemniaki 250g. Rolada z mięsa mielonego z brokułem-duszona 130 g.(1,3,7), 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. jabłko 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)-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 koperkowy 100ml. (1,7) Buraki 200g. Kompot 250ml
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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

### Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Sałata z pomidorem i słonecznikiem 70g	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 drobiowa 50g Sałata z pomidorem i słonecznikiem 70g .	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 : 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; Sól: 2326.89 mg; Żelazo: 11.60 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; Cholesterol: 502.74 mg; Błonnik pokarmowy: 26.17 g.