

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- Biszkopy 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/z brokuła 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.

22. 11.2024 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) Twarożek 70g. Pomidor 70g Sałata 20g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko1szt(3) , Twarożek 70g. Pomidor 70g Sałata 20g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 70g. Pomidor 70g Sałata 20g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Masło 15g.(7) Twarożek 70g. Pomidor 70g Sałata 20g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Masło 15g.(7) Twarożek 70g. Pomidor bez skórki 70g Sałata 20g.

II śniadanie cukrzycowe- Sok pomidorowy 200ml

Obiad

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Leczo rybne z warzywami 250 ml. Ryż 200g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Leczo rybne z warzywami 250 ml. Ryż 200g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Leczo rybne z warzywami 250 ml. Ryż brązowy 200g. Jabłko 1 szt. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Leczo rybne z warzywami 250 ml. Ryż 200g. Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana 300,ml. (1,3,7,9) Leczo rybne z warzywami 250 ml. Ryż 200g. Kompot 250ml.
--	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – kisiel 200g

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Sałatka z papryki i ogórka kiszzonego ze słonecznikiem 70g. Sałata30g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Sałatka z papryki i ogórka kiszzonego ze słonecznikiem 70g. Sałata30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Wędlina 30g. Pomidor 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor bez skórki 70g. Sałata 30g.
---	---	--	---	--

2 kolacja: jogurt naturalny 150 ml. (7)

Energia : 2016.17 kcal; Białko ogółem: 69.30 g; Tłuszcz: 70.86 g; Węglowodany ogółem: 302.32 g; Witamina C: 193.60 mg; Wapń: 665.75 mg; Sól: 2494.52 mg; Żelazo: 10.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.50 g; Cholesterol: 187.25 mg; Błonnik pokarmowy: 29.74 g

23. 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 zapiekany 70g. Pomidor 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 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. 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 grochowa(1,7,9) Filet z kurczaka panierowany 130g. Ziemniaki 250g Surówka z białej kapusty 150gr. Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami Filet z kurczaka gotowany 130g. Sos własny 100ml. Ziemniaki 250g Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Filet z kurczaka panierowany 130g. Ziemniaki 250g Surówka z białej kapusty 150gr. Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Filet z kurczaka gotowany 130g. Sos własny 100ml. Ziemniaki 250g Surówka z białej kapusty 150gr. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Filet z kurczaka gotowany 130g. Sos własny 100ml. Ziemniaki 250g Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml
---	--	--	--	---

Podwieczerek cukrzycowy – Jabłko 1 szt

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Pomidor z cebulką i siemieniem Inianym 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: mus owocowo-warzywny 1 szt.

Energia : 2022.09 kcal; Białko ogółem: 85.50 g; Tłuszcz: 86.75 g; Węglowodany ogółem: 249.79 g; Witamina C: 216.90 mg; Wapń: 666.16 mg; Sól: 1634.58 mg; Żelazo: 10.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.07 g; Cholesterol: 315.95 mg; Błonnik pokarmowy: 26.20 g

24. 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) Leczo warzywne z cukinią 200g. Ryż 250g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml.(1,9,3) Leczo warzywne z cukinią 200g. Ryż 250g Kompot 250ml	Rosół z makaronem razowym300ml. (1,9,3) Leczo warzywne z cukinią 200g. Ryż 250g Surówka z białej kapusty 150g. Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml.(1,9,3) Leczo warzywne z cukinią 200g. Ryż 250g Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml.(1,9,3) Leczo warzywne z cukinią 200g Ryż 250g Kompot 250ml
--	--	---	--	---

Podwieczorek cukrzycowy – mandarynka 100g.

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski- krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica z warzywami 50g. Papryka70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski- krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica z warzywami 50g. Pomidor70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica z warzywami 50g. Papryka70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica z warzywami 70g. Ser biały30g. (7) Pomidor70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica drobiowa50g. Pomidor70g. b/z skórki
---	--	---	---	--

2 kolacja: Twarożek 100g.

Energia : 2218.97 kcal; Białko ogółem: 76.03 g; Tłuszcz: 96.65 g; Węglowodany ogółem: 285.92 g; Witamina C: 180.32 mg; Wapń: 589.40 mg; Sól: 6593.80 mg; Żelazo: 9.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.44 g; Cholesterol: 262.26 mg; Błonnik pokarmowy: 25.68 g

25.11.2024r. 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) Ser żółty 50g. (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 żurek z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony smażony 130g.(1,3,7) Surówka z białej kapusty z siemieniem Inianym150g. Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (1,7,9) Zrazik mielony 130g(1,3,7) Sos pietruszkowy150ml. (1,7) brokuł gotowany 200g Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa żurek z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Zrazik mielony 130g(1,3,7) Sos pietruszkowy150ml (1,7) brokuł gotowany 200g Ziemniaki250g. Surówka z białej kapusty z siemieniem Inianym150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa żurek z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Zrazik mielony 130g(1,3,7) Sos pietruszkowy150ml. (1,7) brokuł gotowany 200g Ziemniaki250g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Zrazik mielony 130g(1,3,7) Sos pietruszkowy150 ml. (1,7) szpinak gotowany 200g Ziemniaki250g. Kompot 250ml
--	---	---	--	---

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony110g (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa krakowska drobiowa 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 krakowska drobiowa 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 :Jabłko 1 szt.

Energia : 2116.63 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 67.80 g; Węglowodany ogółem: 289.65 g; Witamina C: 61.35 mg; Wapń: 722.90 mg; Sól: 1557.24 mg; Żelazo: 11.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.69 g; Cholesterol: 310.05 mg; Błonnik pokarmowy: 24.01 g

26. 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) Połudwica sopocka 50g Pomidor 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) Połudwica sopocka 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) Połudwica sopocka 50g. 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) Ser biały 40g. (7) Połudwica sopocka 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) Połudwica sopocka 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Wafle ryżowe

Obiad

Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (7,9,1) Gulasz drobiowy w sosie własnym 130/100g. Kasza 250g. Buraczki 200g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy w sosie własnym 130/100g. Kasza 250g. Buraczki 200g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy w sosie własnym 130/100g. kasza 250g. Buraczki 200g. Jabłko 1 szt Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy w sosie własnym 130/100g. Kasza 250g. Buraczki 200g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy w sosie własnym 130/100g. Ziemniaki 250g. Buraczki 200g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

Kolacja

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

2 kolacja: twarożek 100 g

Energia : 2504.14 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz: 98.84 g; Węglowodany ogółem: 332.80 g; Witamina C: 143.06 mg; Wapń: 843.19 mg; Sól: 3842.12 mg; Żelazo: 11.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.99 g; Cholesterol: 233.01 mg; Błonnik pokarmowy: 29.09 g

27. 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) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Chleb baltonowski-krojony 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem brązowym 300g. (7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g (1) Masło 15g.(7) Twarożek 30g (7) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g (1) Masło 15g.(7) twarożek 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe – wafle ryżowe

Obiad

Zupa ziemniaczana z zacierką i zielenią 300ml . (1,9,3) Kurczak duszony 130g Sos naturalny 100ml(1,7), Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zacierką i zielenią 300ml . (1,9,3) Kurczak duszony 130 g. Sos naturalny 100ml (1, 7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zacierką i zielenią 300ml . (1,9,3) Kurczak duszony 130 g. Sos naturalny 100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zacierką i zielenią 300ml . (1,9,3) Kurczak duszony 130 g. Sos naturalny100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zacierką i zielenią 300ml . (1,9,3) Kurczak gotowany 130 g. Sos potrawkowy100 ml (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana200gg (1,7) Kompot 250ml.
--	---	--	---	--

Podwieczorek cukrzycowy- Kisiel 200g.

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g (1) Masło 15g. (7) Kiełbasa śląska na ciepło70g. Ketchup 20g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g (1) Masło 15g. (7) parówka drobiowa na ciepło70g. Ketchup 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) parówka drobiowa na ciepło70g. Ogórek kiszony 70g. Ketchup 20g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) parówka drobiowa na ciepło70g. Pomidor 70g. Ketchup 20g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) parówka drobiowa na ciepło70g. Pomidor b/z skórki 70g. Ketchup 20g.
--	--	---	---	--

2 kolacja: Budyń 200g/ budyń bez cukru

Energia : 2293.78 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 70.46 g; Węglowodany ogółem: 355.08 g; Witamina C: 192.46 mg; Wapń: 540.66 mg; Sól: 2130.69 mg; Żelazo: 11.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.54 g; Cholesterol: 229.68 mg; Błonnik pokarmowy: 28.94 g

28. 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) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml. 1,(7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml. 1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor bez skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Biszkopy b/z cukru (7)

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Gulasz wieprzowy, sos naturalny 130g/100 g.(1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Gulasz wieprzowy ,sos naturalny 130/100 g.(1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300ml. (9,1,3) Gulasz wieprzowy ,sos naturalny 130/100 g.(1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. gruszka 1 szt. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Gulasz wieprzowy ,sos naturalny 130/100 g.(1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Gulasz wieprzowy ,sos naturalny 130/100 g.(1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy- Jogurt naturalny 150 g (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 50g. Sałata z pomidorem i słonecznikiem,70g	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 słonecznikiem70g .	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 : mus owocowo-warzywny(100g) 1 szt.

Energia : 2083.23 kcal; Białko ogółem: 72.91 g; Tłuszcz: 74.50 g; Węglowodany ogółem: 311.10 g; Witamina C: 221.74 mg; Wapń: 776.83 mg; Sól: 2138.33 mg; Żelazo: 11.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.58 g; Cholesterol: 165.27 mg; Błonnik pokarmowy: 32.86 g

29.11.2024r. piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z płatkami owsianym 300ml.(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor z cebulką 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianym 300ml.(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianym 300ml.(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor z cebulką 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianym 300ml.(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g.(1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Szynka 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z płatkami owsianym 300ml.(1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Kotleciki z jaj 100g (1,3,7) Ziemniaki250g, Kalafior 200g (1) Kompot 250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpet z jaj 100g (1,3,7) Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki250g, Kalafior 200g (1) Kompot 250ml	Zupa dyniowa 300ml. (1,7,9) Pulpet z jaj 100g (1,3,7) Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki250g, Kalafior 200g (1) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpet z jaj 100g (1,3,7) Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki250g, Kalafior 200g (1) Kompot 250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpet z białek jaj 100g (1,3,7,4) Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki250g, Seler gotowana 200g Kompot 250ml
--	---	--	---	--

Podwieczorek cukrzycowy –Jabłko

Kolacja

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

2 kolacja : twarożek ze szczypiorkiem 100g(7) diety bez szczypiorku

Energia : 2092.97 kcal; Białko ogółem: 69.76 g; Tłuszcz: 74.24 g; Węglowodany ogółem: 313.08 g; Witamina C: 115.37 mg; Wapń: 904.06 mg; Sól: 2458.29 mg; Żelazo: 9.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.04 g; Cholesterol: 195.48 mg; Błonnik pokarmowy: 28.53 g

30.11.2024r. 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) Szynkowa wieprzowa 50g. Ogórek kiszony70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Chleb baltonowski-krojony 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynkowa wieprzowa 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynkowa wieprzowa 50g. Ogórek kiszony70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynkowa wieprzowa 50g. Polędwica dr 50g Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Szynkowa wieprzowa 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa grochowa (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Surówka z białej kapusty 150g Kompot 250ml	Zupa -krupnik 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. brokuł 200g. Kompot 250ml	Zupa -krupnik 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Surówka z białej kapusty 150g Brokuł 200g. Kompot 250ml	Zupa -krupnik 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. brokuł 200g. Kompot 250ml	Zupa –krupnik 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Jarzyny z wody 200g.(9) Kompot 250ml
--	--	---	--	---

Podwieczerek cukrzycowy – Jabłko

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 skórki70g
---	---	---	--	--

2 kolacja: Gruszka 1 szt.

Energia : 2581.11 kcal; Białko ogółem: 108.71 g; Tłuszcz: 102.97 g; Węglowodany ogółem: 343.67 g; Witamina C: 247.90 mg; Wapń: 985.06 mg; Sól: 2347.57 mg; Żelazo: 15.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.84 g; Cholesterol: 281.93 mg; Błonnik pokarmowy: 41.14