

11.10.2024 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) Majonez 20g. Pomidor 50g	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko1szt(3) Pomidor 50g	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z ryżem 300ml.(1) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko1 szt.(3) Pomidor 50g	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. Pomidor 50g	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) Pomidor bez skórki 50g

II śniadanie cukrzycowe- Sok pomidorowy 200ml

Obiad

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Gzik 200g.(7) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Gzik 200g.(7) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Gzik 200g.(7) Ziemniaki 250g. Jabłko 1 szt. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,7,9) Gzik 200g.(7) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana 300,ml. (1,3,7,9) Gzik 200g.(7) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml.
--	--	---	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – kisiel 200g

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa50g. Sałatka z papryki i ogórka kiszzonego ze słonecznikiem 70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa50g. Sałatka z papryki i ogórka kiszzonego ze słonecznikiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa50g. Wędlina 30g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka drobiowa50g. Pomidor bez skórki 70g.
--	---	---	---	--

2 kolacja: jogurt naturalny 150 ml. (7)

Energia : 2241.70 kcal; Białko ogółem: 80.23 g; Tłuszcz: 72.40 g; Węglowodany ogółem: 341.68 g; Witamina C: 84.03 mg; Wapń: 640.82 mg; Sól: 3631.47 mg; Żelazo: 10.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.18 g; Cholesterol: 329.43 mg; Błonnik pokarmowy: 27.65 g

12. 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 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 70g. Ogórek kiszony 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- Biszkopty b/z cukrowe 30g. (1,3,7)

Obiad

Zupa fasolowa(1,7,9) Risotto z warzywami i mięsem w sosie pomidorowym 200/100g. (1,9) Ryż 200g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Risotto z warzywami i mięsem w sosie pomidorowym 200/100g. Ryż 200g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Risotto z warzywami i mięsem w sosie pomidorowym 200/100g. Ryż brązowy 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Risotto z warzywami i mięsem w sosie pomidorowym 200/100g. Ryż 200g Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Risotto z warzywami i mięsem w sosie pomidorowym 200/100g. Ryż 200g. Kompot 250ml
---	--	--	---	--

Podwieczorek cukrzycowy – jabłko

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 : 2747.10 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 128.64 g; Węglowodany ogółem: 319.87 g; Witamina C: 191.33 mg; Wapń: 942.25 mg; Sól: 1414.87 mg; Żelazo: 11.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.00 g; Cholesterol: 569.41 mg; Błonnik pokarmowy: 24.68 g

13. 10.2024r. niedziela

Śniadanie

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

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

Obiad

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

Podwieczorek cukrzycowy – Gruszka 1 szt.

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 z zieleniną 100g. (7)

Energia : 2018.47 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 82.70 g; Węglowodany ogółem: 259.69 g; Witamina C: 228.19 mg; Wapń: 854.21 mg; Sól: 3621.23 mg; Żelazo: 11.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.01 g; Cholesterol: 456.77 mg; Błonnik pokarmowy: 22.93 g

14.10.2024r. 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) 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 mielony130g.(,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
--	---	---	--	---

Podwieczorek 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 : Budyń 150 ml (7)- cukrzyca bez cukru

Energia : 2266.90 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 118.82 g; Węglowodany ogółem: 331.01 g; Witamina C: 206.61 mg; Wapń: 993.64 mg; Sól: 2897.91 mg; Żelazo: 15.40 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.36 g; Cholesterol: 295.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.95 g.

15. 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) 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) Ryż z musem jabłkowym i sosem waniliowym 350 g (1,7) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym i sosem waniliowym 350 g (1,7) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 ml. (1,7,9) Ryż brązowy z musem jabłkowym i sosem waniliowym 350 g (1,7) b/z cukru, Kompot 250ml b/z cukru	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym i sosem waniliowym 350 g (1,7) Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż z musem jabłkowym i sosem waniliowym 350 g (1,7) 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 150 g

Energia : 2329.68 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 125.34 g; Węglowodany ogółem: 249.95 g; Witamina C: 197.27 mg; Wapń: 900.57 mg; Sól: 2652.40 mg; Żelazo: 11.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.19 g; Cholesterol: 203.36 mg; Błonnik pokarmowy: 33.65 g

16. 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) Wędlina 50g. Sałatka z pomidora 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Chleb baltonowski-krojony 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z pomidora 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem brązowym 300g. (7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z pomidora 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z pomidora 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z pomidora bez skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – wafle ryżowe

Obiad

Zupa ziemniaczana z zacierką i zielenią 300ml . (1,9,3) Filet z kurczaka panierowany 130g (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zacierką i zielenią 300ml . (1,9,3) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy 100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zacierką i zielenią 300ml . (1,9,3) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy 100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zacierką i zielenią 300ml . (1,9,3) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy 100ml (1, ,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zacierką i zielenią 300ml . (1,9,3) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos koperkowy 100ml (1,3,7) Ziemniaki 250g. Dynia gotowana 200g. (1,7) Kompot 250ml.
--	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy- Jogurt 150ml.

Kolacja

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

_2 kolacja: kisiel z owocami 100g

Energia : 2039.06 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 95.85 g; Węglowodany ogółem: 222.37 g; Witamina C: 148.62 mg; Wapń: 814.71 mg; Sól: 2364.94 mg; Żelazo: 14.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.83 g; Cholesterol: 307.23 mg; Błonnik pokarmowy: 26.20 g

17. 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) 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 kaszą300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 30g. Pomidor 70g. Dżem 20g.

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

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) 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. Surówka z białej kapusty 150g. 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. Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (9,1,3) Gulasz wieprzowy ,sos mleczny 130/100 g.(1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml
---	--	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy- Jabłko 1 szt.**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 : 2427.01 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz: 113.04 g; Węglowodany ogółem: 305.62 g; Witamina C: 146.97 mg; Wapń: 781.19 mg; Sól: 2491.46 mg; Żelazo: 12.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.09 g; Cholesterol: 259.22 mg; Błonnik pokarmowy: 32.71 g.

18.10.2024r. 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) Pulpet rybny 100g (1,3,7) Ziemniaki250g, Kalafior 200g (1) Kompot 250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpet rybny 100g (1,3,7) Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki250g, Kalafior 200g (1) Kompot 250ml	Zupa dyniowa 300ml. (1,7,9) Pulpet rybny 100g (1,3,7) Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki250g, Kalafior 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpet rybny 100g (1,3,7) Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki250g, Kalafior 200g (1) Kompot 250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pulpet rybny 100g (1,3,7,4) Sos koperkowy100ml (1,7) Ziemniaki250g, Kalafior 200g (1) Kompot 250ml
---	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy –Gruszka 1 szt.

Kolacja

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

2 kolacja : Jogurt nat 150ml.

Energia : 2257.29 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 108.49 g; Węglowodany ogółem: 258.18 g; Witamina C: 112.07 mg; Wapń: 827.06 mg; Sól: 2325.44 mg; Żelazo: 10.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.21 g; Cholesterol: 267.23 mg; Błonnik pokarmowy: 29.13 g

19.10.2024r. 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) 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 30 g 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- Biszkopity b/z cukrowe 30g. (1,3,7)

Obiad

Zupa -krupnik 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Surówka z modrej kapusty z olejem rzepakowym i siemieniem lnianym 150g Kompot 250ml	Zupa -krupnik 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Bukiet warzyw 200g. Kompot 250ml	Zupa -krupnik 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Surówka z modrej kapusty 150g Bukiet warzyw 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa -krupnik 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Bukiet warzyw 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 – Pomarańcza 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. Pomidor70g
---	---	---	--	---

2 kolacja: jabłko 1 szt.

Energia : 2206.85 kcal; Białko ogółem: 105.42 g; Tłuszcz: 71.05 g; Węglowodany ogółem: 320.38 g; Witamina C: 260.21 mg; Wapń: 828.05 mg; Sól: 2078.71 mg; Żelazo: 13.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.25 g; Cholesterol: 415.02 mg; Błonnik pokarmowy: 36.98 g

20. 10.2024r. niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Kakao 250ml.(7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Jajko 1szt.(3) Majonez10g.(3) Wędlina30g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna ryżem 300ml. (7) Kakao 250ml.(7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Jajko 1szt.(3) Wędlina 30g Pomidor 70g.	Zupa mleczna ryżem 300ml. (7) Kakao 250ml.(7) Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g. (7) Jajko1szt.(3) Wędlina 30g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Kakao250ml.(7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g. (7) Jajko1szt.(3) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna ryżem 300ml. (7) Kakao 250ml.(7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g. (7) Pasta z białka jaja50g.(3) Wędlina 30g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Jabłko 150g.

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet schabowy panierowany 130 g.(1,3,7) Ziemniaki250g. Surówka z kapusty białej ze słonecznikiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa rosół z makaronem 300ml. (1,7,3 ,9) Schab duszony 130 g Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Brokuł 200g. Kompot 250ml.	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 300ml. (1,3,7,9) Schab duszony Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Surówka z kapusty białej 150g. Brokuł 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa rosół z makaronem 300ml. (1,7,3 ,9) Schab duszony. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Brokuł 200g. Kompot 250ml.	Zupa rosół z makaronem 300ml. (1,7,3 ,9) Schab gotowany 130 g . Sos mleczny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Seler gotowana 200g.(9) Kompot 250ml.
--	---	--	--	---

Podwieczerek cukrzycowy- budyń 200 g(1,7)

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. Pomidor 70g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka drobiowa 50g. Pomidor bez skórki70g
--	---	---	---	---

2 kolacja: sok warzywny 200ml(9)

Energia : 2121.44 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 101.20 g; Węglowodany ogółem: 238.25 g; Witamina C: 141.92 mg; Wapń: 820.24 mg; Sól: 2436.04 mg; Żelazo: 11.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.00 g; Cholesterol: 597.17 mg; Błonnik pokarmowy: 22.44 g.