

21.09.2024r. 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) Wędlina 50g. Ogórek zielony70g.	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) Wędlina 50g. Ogórek zielony 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) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Sałatka z buraczka i jabłka 150g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Sałatka z buraczka i jabłka 150g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Sałatka z buraczka i jabłka 150g. Bukiet warzyw 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Sałatka z buraczka i jabłka 150g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pieczeń rzymska 130g, (1,3,7) Ziemniaki 200g. Buraczki gotowane 150g. Kompot 250ml
--	---	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy – Jabłko 1 szt.

Kolacja

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

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

Energia : 2550.96 kcal; Białko ogółem: 93.76 g; Tłuszcz: 105.16 g; Węglowodany ogółem: 326.38 g; Witamina C: 105.43 mg; Wapń: 733.65 mg; Sól: 1648.12 mg; Żelazo: 12.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.44 g; Cholesterol: 782.67 mg; Błonnik pokarmowy: 20.71 g

22.09.2024r. niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kakao 250ml.(7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Jajko 1szt.(3) Majonez10g.(3) Wędlina30g. Pomidor 70g.	Kakao 250ml.(7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Jajko 1szt.(3) Wędlina 30g Pomidor 70g.	Kakao 250ml.(7) Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g. (7) Jajko1szt.(3) Wędlina 30g. Pomidor 70g.	Kakao250ml.(7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g. (7) Jajko1szt.(3) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	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- pomarańcza 150g.

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Brokuł 200g. Ziemniaki250g. Surówka z kapusty białej ze słonecznikiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa rosół z makaronem 300ml. (1,7,3 ,9) Udko duszone130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Brokuł 200g. Kompot 250ml.	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 300ml. (1,3,7,9) Udko duszone130g. 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) Udko duszone130g. Sos naturalny 100ml.(1,7) Ziemniaki250g. Brokuł 200g. Kompot 250ml.	Zupa rosół z makaronem 300ml. (1,7,3 ,9) Udko gotowane130g. 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. pomidor 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. pomidor 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 skórki 70g.
---	--	--	--	---

2 kolacja: sok warzywny 200ml(9)

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

23.09.2024r. poniedziałek**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) Wędlina 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) Wędlina 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) Wędlina 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) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe– jabłko 1szt.

Obiad

Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z czerwonej kapusty 200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Kapusta modra gotowana 200g. Surówka z czerwonej kapusty 200g. Kompot b/cukru 250ml.	130 Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.	1 Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.
--	--	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Roszponka z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Roszponka z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Roszponka z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek)110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Roszponka z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek)110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina drobiowa 50g. Roszponka z pomidorem b/z skórki 100g.
--	--	--	---	---

2kolacja : twarożek100 g.(7)

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

24.09.2024 r. wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z kaszą 300ml.(1,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka domowa50g. Pasta z soczewicy 50g Rukola 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z kaszą300ml.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Szynka domowa50g. Jabłko1szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z kaszą 300ml.(1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka domowa50g. Pasta z soczewicy 50g Rukola 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Zupa mleczna z kaszą 300ml.(1,7) Masło 15g.(7) Szynka domowa50g. Twarożek30g.(7) Jabłko1szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Zupa mleczna z kaszą 300ml.(1,7) Masło 15g.(7) Szynka domowa50g. Jabłko gotowane 1szt.

II śniadanie cukrzycowe- Sok pomidorowy 200ml

Obiad

Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Sztuka mięsa gotowana ,sos chrzanowy 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 200g.(1) Kompot 250ml.	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Sztuka mięsa gotowana ,sos chrzanowy-lekki 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowany200g.(7, 1) Kompot 250ml.	Zupa barszcz czerwony z makaronem razowym 300ml. (1,3,7,9) Sztuka mięsa gotowana ,sos chrzanowy 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 200g.(1) Gruszka 1szt. Kompot 250ml.	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Sztuka mięsa gotowana ,sos chrzanowy-lekki 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowany 200g.(1,7) Kompot 250ml.	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300,ml. (1,3,7,9) Sztuka mięsa gotowana ,sos pietruszkowy 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Szpinak gotowany 200g.(7,1) Kompot 250ml.
---	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – wafle ryżowe (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Polędwica z warzywami50g. Ogórek kiszony 70g. Sałata30g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Polędwica z warzywami50g. Pomidor 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Polędwica z warzywami50g. Ogórek kiszony 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Polędwica z warzywami50g. Wędlina 30g. Pomidor 70g. Sałata 30g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Polędwica drobiowa 50g. Pomidor b/z skórki 70g. Sałata 30g.
--	--	--	---	---

2 kolacja: jogurt naturalny 150 ml. (7)

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

25.09.2024r. środa

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. 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 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 kalafiorowa z ziemniakami300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z cukinią 250g. Ryż 200g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z cukinią 250g. Ryż 200g Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z cukinią 250g. Ryż brązowy 200g Surówka z białej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z cukinią 250g. Ryż 200g Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Leczo warzywne z cukinią 250g. Ryż 200g Kompot 250ml
--	---	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy – Jabłko

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka jarzynowa 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka jarzynowa 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka jarzynowa 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 70g. Sałatka jarzynowa 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka jarzynowa b/z majonezu i b/z jajka 100g. (9)
---	---	--	---	---

2 kolacja: mus owocowy.

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

26.09.2024r. 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) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml(1,7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml(1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml(1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Pomidor 70g. Jogurt naturalny 150g. (7)	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml(1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem300ml.(1,9) Zrazik z warzywami 130g Sos koperkowy 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Brokuł gotowany200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem300ml.(1,9) Zrazik z warzywami , Sos koperkowy 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Brokuł gotowany 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300ml.(1,9) Zrazik z warzywami Sos koperkowy 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka wielowarzywna 150g. Brokuł gotowany 200g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa pomidorowa z ryżem300ml.(1,9) Zrazik z warzywami Sos koperkowy 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Brokuł gotowany200g Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem300ml.(1,9) Zrazik z warzywami , Sos koperkowy 130/100g. (1,,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
---	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – jogurt nat150g (7).

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica drobiowa 50g. Sałata 30g. Papryka70g.	Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica drobiowa 50g. Sałata 30g. Pomidor70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica drobiowa 50g. Sałata 30g. Papryka70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica drobiowa 70g. Ser biały30g. (7) Sałata 30g. Pomidor70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne(kawiorek) 110g.(1) Masło 15g.(7) Polędwica drobiowa 50g. Sałata 30g. Pomidor70g. b/z skórki
--	--	--	--	--

2 kolacja: sok pomidorowy 200ml.

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

27.09.2024r. piątek**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 topiony 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 –Gruszka 1 szt.

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gzik 150 ml(7). Ziemniaki 250g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (1,7,9) Gzik 150 ml(7). Ziemniaki 250g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Gzik 150 ml(7). Ziemniaki 250g. Jabłko 1 szt. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (1,7,9) Gzik 150 ml(7). Ziemniaki 250g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (1,7,9) Gzik 150 ml(7). Ziemniaki 250g. Kompot 250ml
---	---	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

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

2 kolacja : kisiel 200ml /kisiel z jabłkiem tartym cukrzyca200ml.

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

28.09.2024r. sobota

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna 300ml(1,3,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Ser żółty50g.(7) Ogórek zielony 70g. Roszponka 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna 300ml(1,3,7) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g. Roszponka 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna 300ml(1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ogórek zielony 70g. Roszponka 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna 300ml(1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 40g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g. Roszponka 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna 300ml(1,3,7) Pieczywo pszenne (kawiorek) 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g. Roszponka 30g.

II śniadanie cukrzycowe- budyń 200g.

Obiad

Żurek z ziemniakami 300ml (1,7,9) Kotlet mielony wieprzowy130 g.(1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot 250ml	Żurek z ziemniakami300ml (1,9,7) Pulpet drobiowy w sosie własnym 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Żurek z ziemniakami300ml (1,9,7) Pulpet drobiowy duszony w sosie własnym (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot 250ml b/z cukru	Żurek z ziemniakami300ml (1,9,7) Pulpet drobiowy duszony w sosie własnym 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml. (1,9,7) Pulpet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowane200g.(9) Kompot 250ml
--	--	---	--	---

Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 70g (9) Pomidor z cebulką i słończnikiem 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 słończnikiem 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 100 g

Energia : 2277.69 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 88.09 g; Węglowodany ogółem: 296.70 g; Witamina C: 128.23 mg; Wapń: 582.15 mg; Sód: 2681.69 mg; Żelazo: 13.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.00 g; Cholesterol: 672.80 mg; Błonnik pokarmowy: 29.43 g

29.09.2024r. niedziela

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) Wędlina 50g. 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) 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 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne (kawiorek)110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor bez skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – wafle ryżowe

Obiad

Zupa krupnik-300ml . (1,9) Filet z kurczaka panierowany . (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(,1) Kompot 250ml.	Zupa krupnik-300ml . (1,9) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos potrawkowy100ml (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(,1) Kompot 250ml.	Zupa krupnik-300ml . (1,9) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos potrawkowy100ml (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(,1) Sałata z jogurtem200g.(7) Kompot 250ml.	Zupa krupnik-300ml . (1,9) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos potrawkowy100ml (1,3,7) Ziemniaki 250g. Fasolka szparagowa 200g.(,1) Kompot 250ml.	Zupa krupnik-300ml . (1,9) Filet z kurczaka gotowany130 g. Sos potrawkowy100 ml (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata z jogurtem200g.(7) Kompot 250ml.
--	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy- jabłko

Kolacja

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

_2 kolacja: mus warzywno-owocowy 100g (1szt.)

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

30.09.2024r. poniedziałek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Szynka konserwowa 30g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 30g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 30g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 30g. Pomidor 70g. Dżem 20g.

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

Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9,1) Schab- duszony w sosie własnym 130/100g (1,3) Ziemniaki 250g. Buraki ze słonecznikiem 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z kaszką manną 300ml. (9,1) Schab duszony w sosie 130/100g (1,3) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z kaszką manną 300ml. (9,1) Schab duszony w sosie 130/100g (1,3) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosolnik z kaszką manną 300ml. (9,1) Schab duszony w sosie 130/100g (1,3) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Rosolnik z kaszką manną 300ml. (9) Schab gotowany w sosie białym 130/100g (1,3, 7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml
---	---	--	---	--

Podwieczerek cukrzycowy-kisiel z tartym jabłkiem 200g.

Kolacja

Herbata 250ml. Chleb baltonowski-krojony 110g.(1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 50g. Sałata z pomidorem i siemieniem lnianym 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 siemieniem lnianym 70g..	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 : Twarożek z zieleniną 100g (7).

Energia : 2253.56 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 78.46 g; Węglowodany ogółem: 317.86 g; Witamina C: 212.53 mg; Wapń: 786.05 mg; Sód: 2424.47 mg; Żelazo: 12.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.64 g; Cholesterol: 323.05 mg; Błonnik pokarmowy: 31.81 g