

01.08.2024r. Czwartek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pieczeń duszona z łopatki 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pieczeń duszona z łopatki 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pieczeń duszona z łopatki 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pieczeń duszona z łopatki 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Pieczeń duszona z łopatki 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy- pieczywo chrupkie 30g. (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser żółty 30g. (7) Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser żółty 30g. (7) Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	---	--

II kolacja: Budyń czekoladowy 150g. (1,7)

Dieta cukrzycowa: budyń czekoladowy b/z cukru 150g. (1,7)

Energia : 2202.48 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 81.62 g; Węglowodany ogółem: 306.40 g; Witamina C: 177.53 mg; Wapń: 759.34 mg; Sód: 2306.55 mg; Żelazo: 12.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.93 g; Cholesterol: 360.21 mg; Błonnik pokarmowy: 30.95 g

02.08.2024r. Piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser camembert 50g. (7) Sałata 30g. Dżem 30g.	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Sałata 30g. Dżem 30g.	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser camembert 50g. (7) Sałatka z pomidorem 70g. Jogurt naturalny 150g. (7)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Sałata 30g. Dżem 30g. Jogurt naturalny 150g. (7)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Sałata 30g. Dżem 30g.

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

Obiad

Zupa kalafiorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Zrazik mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Kotlet mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot b/cukru 250ml.	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Zrazik mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Zrazik mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,4,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 60g. (3) Pasta twarogowa z rybą 50g. (4,7) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 60g. (3) Pasta twarogowa z rybą 50g. (4,7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 60g. (3) Pasta twarogowa z rybą 50g. (4,7) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 60g. (3) Pasta twarogowa z rybą 70g. (4,7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pasta twarogowa z rybą 50g. (4,7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	---	---	---	--

II kolacja: Galaretką owocową 150g.

Dieta cukrzycowa: galaretką owocową b/z cukru 150g

Energia : 2094.15 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 72.24 g; Węglowodany ogółem: 295.59 g; Witamina C: 97.01 mg; Wapń: 878.96 mg; Sód: 2828.20 mg; Żelazo: 10.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.12 g; Cholesterol: 330.87 mg; Błonnik pokarmowy: 26.43 g

03.08.2024r. Sobota

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 70g. Wędlina 30g. Ogórek małosolny 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 70g. Wędlina 30g. Ogórek małosolny 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Kurczak w sosie potrawkowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka z groszkiem 200g. Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Kurczak w sosie potrawkowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Kurczak w sosie potrawkowym 130/100g. (1,7) Ryż brązowy 200g. Marchewka z groszkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Kurczak w sosie potrawkowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Kurczak w sosie potrawkowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałata z serem feta i pomidorkami koktajlowymi 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałata z serem i pomidorkami koktajlowymi 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałata z serem feta i pomidorkami koktajlowymi 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałata z serem i pomidorkami koktajlowymi 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałata z serem i pomidorkami b/z skórki 70g. (7)
--	---	--	--	--

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2392.46 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 88.41 g; Węglowodany ogółem: 336.32 g; Witamina C: 220.67 mg; Wapń: 872.04 mg; Sód: 2985.14 mg; Żelazo: 14.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.71 g; Cholesterol: 583.37 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g

04.08.2024r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Twarożek 50g. (7) Rzodkiewka 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Twarożek 50g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Twarożek 50g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 70g. Twarożek 50g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Twarożek 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Kasza manna b/z cukru (7)

Obiad

Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Kapusta modra zasmażana 200g. Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Kapusta modra zasmażana 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
--	---	--	---	--

Podwieczerek cukrzycowy – Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Ser topiony 40g. (7) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 40g. (7) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 40g. (7) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek na ciepło 70g. Wędlina 20g. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 40g. (7) Sałata	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Ser kanapkowy 40g. (7) Sałata
--	--	--	---	---

II kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Energia : 2359.13 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 89.55 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; Witamina C: 94.01 mg; Wapń: 838.01 mg; Sód: 2898.21 mg; Żelazo: 9.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.14 g; Cholesterol: 208.44 mg; Błonnik pokarmowy: 25.95 g

05.08.2024r. Poniedziałek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser topiony 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Kotlet mielony z cebulką i pieczarkami 130g. Ziemniaki 250g. Ogórek małosolny 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Zrazik gotowany wieprzowy 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300ml. (7,9) Zrazik gotowany wieprzowy 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Ogórek małosolny 150g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Zrazik gotowany wieprzowy 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml. (7,9) Zrazik gotowany wieprzowy 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 40g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser topiony 50g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 40g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 40g. Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	---

II kolacja: Sałatka jarzynowa 100g. (3,9)

Diety lekkostrawne: Sałatka jarzynowa b/z majonezu 100g. (3,9)

Energia : 2584.95 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 112.87 g; Węglowodany ogółem: 311.45 g; Witamina C: 247.68 mg; Wapń: 843.16 mg; Sód: 3674.19 mg; Żelazo: 16.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.24 g; Cholesterol: 298.28 mg; Błonnik pokarmowy: 31.29 g

06.08.2024r. Wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Sałata 30g. Jogurt naturalny 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Wędlina 70g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)

II śniadanie cukrzycowe – Owoc

Obiad

Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Udko pieczone 1 szt. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 150g. Kompot 250ml	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Udko duszone 1 szt. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Udko duszone 1 szt. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z białej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Udko duszone 1 szt. (1) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Udko duszone 1 szt. (1) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
--	--	---	---	---

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Kabanos drobiowy 40g. Wędlina 50g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Kabanos drobiowy 40g. Wędlina 50g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 50g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
---	---	---	--	---

II kolacja: Koktajl owocowy 200ml. (7)

Dieta cukrzycowa: Kefir 200ml. (7)

Energia : 2174.12 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 64.13 g; Węglowodany ogółem: 354.24 g; Witamina C: 360.13 mg; Wapń: 717.06 mg; Sód: 4713.57 mg; Żelazo: 16.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.02 g; Cholesterol: 270.42 mg; Błonnik pokarmowy: 45.98 g

07.08.2024r. Środa**Śniadanie**

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser twarogowy 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Biskopcy b/z cukru (1,3)**Obiad**

Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. (1) Surówka z marchwi 150g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. (1) Surówka z marchwi 150g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ryż brązowy 200g. (1) Surówka z marchwi 150g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. (1) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy z warzywami 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. (1) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
--	--	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)**Kolacja**

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek topiony 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.
---	---	---	--	--

II kolacja: Mus owocowy 150g.**Dieta cukrzycowa: Owoc**

Energia : 2159.91 kcal; Białko ogółem: 72.39 g; Tłuszcz: 77.53 g; Węglowodany ogółem: 319.76 g; Witamina C: 95.00 mg; Wapń: 699.42 mg; Sód: 2157.55 mg; Żelazo: 12.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.10 g; Cholesterol: 594.81 mg; Błonnik pokarmowy: 28.83 g

08.08.2024r. Czwartek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Majonez 10g. (3) Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor z rukolą 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor z rukolą 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor z rukolą 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Serek kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki z rukolą 70g.

II śniadanie cukrzycowe – pieczywo chrupkie (1)

Obiad

Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udziec z indyka 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udziec z indyka 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udziec z indyka 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udziec z indyka 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Udziec z indyka 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Salceson biały z indyka 50g. Ser żółty 20g. (7) Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Salceson biały z indyka 50g. Ser żółty 20g. (7) Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Pomidor 70g.
---	--	---	---	---

II kolacja: Kisiel owocowy 150g.

Dieta cukrzycowa: Kisiel owocowy b/z cukru 150g.

Energia : 2020.02 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 108.79 g; Węglowodany ogółem: 208.43 g; Witamina C: 218.39 mg; Wapń: 900.83 mg; Sód: 3546.49 mg; Żelazo: 11.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.45 g; Cholesterol: 268.32 mg; Błonnik pokarmowy: 26.78 g

09.08.2024r. Piątek**Śniadanie**

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Dżem 20g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Dżem 20g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Jogurt naturalny 150g. (7) Dżem 20g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Dżem 20g.

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

Zupa z botwinki 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Jajko sadzone 2 szt. (3) Mizeria na kefirze 200g. (7) Kompot 250ml	Zupa z botwinki 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Brokuły 200g. Kompot 250ml	Zupa z botwinki 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Mizeria na kefirze 200g. (7) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa z botwinki 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Brokuły 200g. Kompot 250ml	Zupa z botwinki 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Filet z kurczaka w sosie koperkowym 130/100g. (1,3,7) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy–Owoc**Kolacja**

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Serek topiony 20g. (7) Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Serek kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Serek kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 100g. (4,9) Serek kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Serek kanapkowy 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	--	--	--

II Kolacja: Serek homogenizowany owocowy 150g. (7) Cukrzyca: Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Energia : 2100.11 kcal; Białko ogółem: 76.72 g; Tłuszcz: 91.88 g; Węglowodany ogółem: 271.82 g; Witamina C: 152.56 mg; Wapń: 728.91 mg; Sód: 2678.76 mg; Żelazo: 15.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.49 g; Cholesterol: 349.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.41 g

10.08.2024r. Sobota

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 70g. Wędlina 50g. Pomidor z cebulką 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 70g. Wędlina 50g. Pomidor z cebulką 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Bigos 200g. Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy 130/100g. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml
---	---	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy–Jogurt naturalny 150g. (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka ryżowa z kurczakiem i ogórkiem zielonym 100g. (3) Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka ryżowa z kurczakiem b/z majonezu 100g. (3) Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka z ryżem brązowym, kurczakiem i ogórkiem zielonym b/z majonezu 100g. (3) Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka ryżowa z kurczakiem b/z majonezu 100g. (3) Szynka konserwowa 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Sałatka ryżowa z kurczakiem b/z majonezu i b/z jajka 100g. Szynka konserwowa 50g.
---	--	---	---	---

II kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Energia : 2334.07 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 82.33 g; Węglowodany ogółem: 333.71 g; Witamina C: 139.10 mg; Wapń: 690.54 mg; Sód: 2443.14 mg; Żelazo: 13.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.48 g; Cholesterol: 436.77 mg; Błonnik pokarmowy: 33.55 g