

11.08.2024r. 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) Jajo gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Wędlina 50g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajo gotowane 1 szt. (3) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Udko duszone 1 szt. Ziemniaki 250g. Surówka z młodej kapusty 200g. Kompot 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Udko duszone 1 szt. Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Udko duszone 1 szt. Ziemniaki 250g. Surówka z młodej kapusty 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Udko duszone 1 szt. Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Udko duszone 1 szt. Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy- pieczywo chrupkie 30g. (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Polędwica parzona 50g. Sałata lodowa z serem feta i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Polędwica parzona 50g. Sałata lodowa z serem i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Polędwica parzona 50g. Sałata lodowa z serem feta i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Polędwica parzona 70g. Sałata lodowa z serem i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Polędwica parzona 50g. Sałata lodowa z serem i pomidorkami b/z skórki 100g. (7)
---	--	---	---	---

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: jogurt naturalny 150g. (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: 3424.47 mg; Żelazo: 12.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.64 g; Cholesterol: 323.05 mg; Błonnik pokarmowy: 31.81 g.

12.08.2024r. Poniedziałek

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. Dżem 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. Dżem 20g. Pomidor 70g	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. Dżem 20g. Pomidor b/z skórki 70g

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

Obiad

Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Gołąbek w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Zrazik w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Zrazik w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot b/cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Zrazik w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Zrazik w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Sałata 30g. Kompot 250ml.
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Salami wieprzowe 30g. Wędlina 50g. Ogórek zielony z koperkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ogórek zielony z koperkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	--	--	---

II kolacja: Koktajl owocowy 200ml. (7)

Dieta cukrzycowa: Kefir 200ml. (7)

Energia : 2040.25 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 69.63 g; Węglowodany ogółem: 275.68 g; Witamina C: 88.58 mg; Wapń: 883.71 mg; Sód: 4994.71 mg; Żelazo: 10.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.06 g; Cholesterol: 326.59 mg; Błonnik pokarmowy: 24.01 g.

13.08.2024r. Wtorek

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) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Kotlet schabowy 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 200g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Schab duszony 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Schab duszony 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z modrej kapusty 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,7,9) Schab duszony 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml.	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Schab duszony 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.
--	---	--	---	--

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	---

II kolacja: Kisiel owocowy 150g.

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

Energia : 2614.77 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 127.69 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; Witamina C: 211.57 mg; Wapń: 996.50 mg; Sód: 3978.33 mg; Żelazo: 16.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.72 g; Cholesterol: 382.19 mg; Błonnik pokarmowy: 30.85 g

14.08.2024r. Środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser topiony 40g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 50g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Barszcz z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Spaghetti z serem 400g. (1,3,7) Kompot 250ml	Barszcz z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml	Barszcz z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Spaghetti z serem 400g. (1,3,7) Kompot b/z cukru 250ml	Barszcz z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml	Barszcz z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka warzywna 100g. (3,9) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 70g. Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka warzywna b/z majonezu i b/z jajka 100g. (9) Sałata 30g.
--	---	---	--	--

II kolacja: Mus owocowo-warzywny 150g.

Dieta cukrzycowa: Owoc

Energia : 2151.04 kcal; Białko ogółem: 88.50 g; Tłuszcz: 99.71 g; Węglowodany ogółem: 248.14 g; Witamina C: 151.90 mg; Wapń: 792.02 mg; Sód: 6407.68 mg; Żelazo: 11.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.37 g; Cholesterol: 535.97 mg; Błonnik pokarmowy: 23.98 g.

15.08.2024r. Czwartek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata 30g. Jogurt naturalny 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka ryżowa z kurczakiem i ogórkiem zielonym 100g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka ryżowa z kurczakiem i pomidorem b/z majonezu 100g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka ryżowa (ryż brązowy) z kurczakiem i ogórkiem zielonym 100g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 70g. Sałatka ryżowa z kurczakiem i pomidorem b/z majonezu 100g. (3)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka ryżowa z kurczakiem i pomidorem b/z majonezu i b/z jajka 100g.
--	---	--	--	--

II kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Energia : 2298.36 kcal; Białko ogółem: 91.95 g; Tłuszcz: 107.06 g; Węglowodany ogółem: 265.33 g; Witamina C: 84.19 mg; Wapń: 824.16 mg; Sód: 4595.68 mg; Żelazo: 10.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.76 g; Cholesterol: 259.22 mg; Błonnik pokarmowy: 24.17 g

16.08.2024r. Piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 40g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Ser fromage 40g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe – Owoc

Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9) Ryż z jabłkiem i cynamonem 400g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Ryż z jabłkiem i cynamonem 400g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Ryż brązowy z jabłkiem, cynamonem i sosem jogurtowym 400g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Ryż z jabłkiem i cynamonem 400g. Kompot 250ml	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Ryż z jabłkiem i cynamonem 400g. Kompot 250ml
--	---	---	---	---

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Śledź w oleju 40g. (4) Ser żółty 70g. (7) Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4) Ser kanapkowy 40g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4) Ser kanapkowy 40g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4) Ser kanapkowy 40g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4) Ser kanapkowy 40g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	---	--	---

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

Energia : 2260.87 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 72.86 g; Węglowodany ogółem: 336.85 g; Witamina C: 138.67 mg; Wapń: 825.58 mg; Sód: 6405.79 mg; Żelazo: 11.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; Cholesterol: 280.48 mg; Błonnik pokarmowy: 36.05 g

17.08.2024r. 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) Salceson biały z indyka 50g. Wędlina 30g. Ogórek małosolny 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Salceson biały z indyka 50g. Wędlina 30g. Ogórek małosolny 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Biszkopty b/z cukru (1,3)

Obiad

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

Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka warzywna 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Sałatka warzywna b/z majonezu 100g. (3,9)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka warzywna b/z majonezu i b/z jajka 100g. (9)
--	---	---	--	--

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2401.77 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 109.37 g; Węglowodany ogółem: 278.74 g; Witamina C: 185.35 mg; Wapń: 930.31 mg; Sód: 6003.12 mg; Żelazo: 14.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.77 g; Cholesterol: 416.51 mg; Błonnik pokarmowy: 33.78 g.

18.08.2024r. Niedziela

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) Ogórek 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 70g. 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) Kotlet mielony z pieczarkami 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z ogórka kiszzonego 150g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Zrazik w sosie ziołowym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Zrazik w sosie ziołowym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z ogórka kiszzonego 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Zrazik w sosie ziołowym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Zrazik w sosie ziołowym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Szpinak 200g. Kompot 250ml.
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Salami wieprzowe 30g. Szynka gotowana 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 70g. Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.
--	---	---	--	--

II kolacja: Galaretki owocowa 150g.

Dieta cukrzycowa: galaretki owocowa b/z cukru 150g

Energia : 2096.11 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 80.15 g; Węglowodany ogółem: 284.99 g; Witamina C: 129.50 mg; Wapń: 1002.02 mg; Sód: 7492.31 mg; Żelazo: 12.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.48 g; Cholesterol: 436.46 mg; Błonnik pokarmowy: 26.39 g

19.08.2024r. Poniedziałek

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) Rzodkiewka 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Sałata 30g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. Rzodkiewka 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Jogurt naturalny 150g. (7) Sałata 30g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Sałata 30g.

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

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Pulpety gotowane w sosie chrzanowym 130/100g (1,3,7,9) Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Pulpety gotowane w sosie mlecznym 130/100g (1,3,7,9) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Pulpety gotowane w sosie chrzanowym 130/100g (1,3,7,9) Buraki z jabłkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Pulpety gotowane w sosie mlecznym 130/100g (1,3,7,9) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Pulpety gotowane w sosie mlecznym 130/100g (1,3,7,9) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml
--	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy–Owoc

Kolacja

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

II kolacja: Kisiel owocowy 150g.

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

Energia : 2286.19 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 107.98 g; Węglowodany ogółem: 261.05 g; Witamina C: 149.07 mg; Wapń: 767.52 mg; Sód: 4819.68 mg; Żelazo: 14.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.55 g; Cholesterol: 319.02 mg; Błonnik pokarmowy: 26.91 g

20.08.2024r. Wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 70g. Wędlina 50g. Pomidor z cebulką 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 70g. Wędlina 50g. Pomidor z cebulką 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) 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) Kotlet z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 200g. (9) Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Filet drobiowy w sosie ziołowym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Kotlet z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 200g. (9) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Filet drobiowy w sosie ziołowym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Filet drobiowy w sosie ziołowym 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy–Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Pasta z soczewicy 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Pasta z soczewicy 70g. Sałata 30g	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Pasta z soczewicy 70g. Sałata 30g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 70g. Pasta z soczewicy 70g. Sałata 30g	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Pasta warzywna 70g. Sałata 30g
---	--	--	---	--

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2189.72 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 98.35 g; Węglowodany ogółem: 238.11 g; Witamina C: 97.19 mg; Wapń: 1059.11 mg; Sód: 3346.24 mg; Żelazo: 13.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.32 g; Cholesterol: 695.03 mg; Błonnik pokarmowy: 26.96 g.