

## 21.08.2024r. Środa

### Śniadanie

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

### II śniadanie cukrzycowe- Owoc

#### Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9) Kopytka z boczkiem 400g. (1,3) Kapusta kiszona duszona 150g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Kopytka z masełkiem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml.	Zupa grochowa 300ml. (9) Kopytka z masełkiem 400g. (1,3) Kapusta kiszona duszona 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Kopytka z masełkiem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1,7,9) Kopytka z masełkiem 400g. (1,3,7) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.
--	--	---	--	---

### Podwieczerek cukrzycowy- pieczywo chrupkie 30g. (1)

#### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 80g. Ketchup 20g. (9) Serek topiony 20g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 80g. Ketchup 20g. (9) Serek kanapkowy 20g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 80g. Ketchup 20g. (9) Serek kanapkowy 20g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 80g. Ketchup 20g. (9) Serek kanapkowy 20g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa 80g. Ketchup 20g. (9) Serek kanapkowy 20g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami b/z skórki 70g.
--	--	--	---	---

Energia : 2378.36 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz: 107.51 g; Węglowodany ogółem: 297.93 g; Witamina C: 75.73 mg; Wapń: 705.98 mg; Sód: 5582.93 mg; Żelazo: 9.10 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.60 g; Cholesterol: 385.19 mg; Błonnik pokarmowy: 24.63 g

## 22.08.2024r. 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) Jajko 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Wędlina 50g. Ogórek zielony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko 1 szt. (3) Wędlina 50g. Ogórek zielony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko 1 szt. (3) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) 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 ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Kapusta modra gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Kapusta modra gotowana 200g. Kompot b/cukru 250ml.	Zupa ogórkowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,9) Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.
---	---	---	---	---

Podwieczerek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Roszponka z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 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 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Roszponka z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Roszponka z pomidorem b/z skórki 100g.
--	---	--	---	--

Energia : 2124.41 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 89.91 g; Węglowodany ogółem: 291.02 g; Witamina C: 53.13 mg; Wapń: 682.15 mg; Sód: 3675.56 mg; Żelazo: 9.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 718.44 mg; Błonnik pokarmowy: 16.41 g.

## 23.08.2024r. Piątek

### 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) Twarożek 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 70g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 70g. (7) Jogurt naturalny 150g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

### II śniadanie cukrzycowe- Owoc

### Obiad

Zupa kapuśniak z białej kapusty 300ml. (7,9) Kotlet mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Surówka z kiszanej kapusty 200g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml.	Zupa kapuśniak z białej kapusty 300ml. (7,9) Kotlet mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Surówka z kiszanej kapusty 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony rybny w sosie greckim 130/100g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

### Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie (1)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką 70g. (3) Ogórek kiszony 70g. Ser żółty 30g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 70g. (3) Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 70g. (3) Ogórek kiszony 70g. Ser żółty 30g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka jajeczna z zieloną pietruszką b/z majonezu 70g. (3) Ser kanapkowy 50g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka z gotowanym kurczakiem i zieloną pietruszką 70g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.
--	---	---	--	---

Wartości odżywcze: Energia : 2017.99 kcal; Białko ogółem: 66.44 g; Tłuszcz: 89.79 g; Węglowodany ogółem: 253.26 g; Witamina C: 119.30 mg; Wapń: 829.42 mg; Sód: 4228.50 mg; Żelazo: 7.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.86 g; Cholesterol: 259.92 mg; Błonnik pokarmowy: 17.93 g

## **24.08.2024r. Sobota**

### 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) Paszтет zapiekany 70g. Wędlina 30g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo mieszane 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. Wędlina 30g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

### Obiad

Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Leczo cukiniowe z warzywami w sosie pomidorowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Leczo cukiniowe z warzywami w sosie pomidorowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Leczo cukiniowe z warzywami w sosie pomidorowym 130/100g. (1,7) Ryż brązowy 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Leczo cukiniowe z warzywami w sosie pomidorowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Leczo cukiniowe z warzywami w sosie pomidorowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. 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.
--	---	---	--	--

Energia : 2129.54 kcal; Białko ogółem: 94.2 g; Tłuszcz: 85.89 g; Węglowodany ogółem: 290.02 g; Witamina C: 53.13 mg; Wapń: 682.15 mg; Sód: 3675.56 mg; Żelazo: 9.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 718.44 mg; Błonnik pokarmowy: 16.41 g

## 25.08.2024r. Niedziela

### Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ogórek 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ogórek 70g. Jogurt naturalny 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)

### II śniadanie cukrzycowe- Owoc

### Obiad

Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Udko duszone 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Udko duszone 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Udko duszone 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml b/z cukru	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Udko duszone 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Udko duszone 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
--	--	--	--	---

### Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Kabanos drobiowy 40g. Polędwica sopocka 30g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Kabanos drobiowy 40g. Polędwica sopocka 30g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 70g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Polędwica sopocka 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.
---	--	---	---	---

Energia : 2165.77 kcal; Białko ogółem: 63.08 g; Tłuszcz: 114.97 g; Węglowodany ogółem: 235.81 g; Witamina C: 83.61 mg; Wapń: 773.32 mg; Sód: 3369.43 mg; Żelazo: 6.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.95 g; Cholesterol: 211.23 mg; Błonnik pokarmowy: 15.54 g

## 26.08.2024r. Poniedziałek

### 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 topiony 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Ser kanapkowy 40g. (7) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300g. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.

### II śniadanie cukrzycowe – Owoc

### Obiad

Zupa krem z białych warzyw z kaszą jaglaną 300g. (1,7,9) Fasolka po bretońsku 300ml. (1) Ziemniaki 250g. Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw z kaszą jaglaną 300g. (1,7,9) Bitka wieprzowa w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw z kaszą jaglaną 300g. (1,7,9) Bitka wieprzowa w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z marchwi 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa krem z białych warzyw z kaszą jaglaną 300g. (1,7,9) Bitka wieprzowa w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw z kaszą jaglaną 300g. (1,7,9) Bitka wieprzowa w sosie śmietanowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
--	--	---	--	--

### Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

### Kolacja

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

Energia : 2074.59 kcal; Białko ogółem: 62.33 g; Tłuszcz: 89.44 g; Węglowodany ogółem: 285.89 g; Witamina C: 188.54 mg; Wapń: 646.11 mg; Sód: 3200.63 mg; Żelazo: 16.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.43 g; Cholesterol: 222.65 mg; Błonnik pokarmowy: 25.48 g

## 27.08.2024r. 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) Wędlina 50g. Ogórek zielony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ogórek zielony 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- Biszkoty b/z cukru (1,3)

### Obiad

Zupa pieczarkowa z ryżem 300ml. (7,9) Kotlet z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie własnym 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Brokuły gotowane 150g. Kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem 300ml. (7,9) Kotlet z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot 250ml b/z cukru	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie własnym 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Brokuły gotowane 150g. Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie własnym 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

### Podwieczerek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 70g (9) Ser topiony 30g. (7) Pomidor z cebulką 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 70g (9) Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 70g (9) Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor z cebulką 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 100g (9) Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z warzywami 70g (9) Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	--	--	--	--

Energia : 2013.48 kcal; Białko ogółem: 70.44 g; Tłuszcz: 89.79 g; Węglowodany ogółem: 253.26 g; Witamina C: 119.30 mg; Wapń: 829.42 mg; Sód: 4228.50 mg; Żelazo: 7.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.86 g; Cholesterol: 259.92 mg; Błonnik pokarmowy: 17.93 g.

## **28.08.2024r. 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 fromage 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Sałata 30g.

### II śniadanie cukrzycowe – pieczywo chrupkie (1)

### Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml. (9) Spaghetti z serem 400g. (1,3,7) Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml.	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml. (9) Spaghetti z makaronem pełnoziarnistym 400g. (1,3,7) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml.	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (9) Spaghetti 400g. (1,3,7) Kompot 250ml.
--	---	--	---	---

### Podwieczorek cukrzycowy- Owoc

### Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Biała kiełbasa drobiowa 70g. Ćwikła z chrzanem 10g. (9) Ser kanapkowy 30g. (7) Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Biała kiełbasa drobiowa 70g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Biała kiełbasa drobiowa 70g. Ćwikła z chrzanem 10g. (9) Ser kanapkowy 30g. (7) Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Biała kiełbasa drobiowa 70g. Ser kanapkowy 50g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Biała kiełbasa drobiowa 70g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	---	--

Energia : 2023.24 kcal; Białko ogółem: 78.82 g; Tłuszcz: 89.01 g; Węglowodany ogółem: 242.63 g; Witamina C:81.65 mg; Wapń: 823.97 mg; Sód: 2851.96 mg; Żelazo: 8.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.20 g; Cholesterol: 531.72 mg; Błonnik pokarmowy: 16.20 g.



## 29.08.2024r. Czwartek

### 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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 70g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g. Dżem 20g.

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

### Obiad

Rosolnik 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g (1) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Rosolnik 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g (1) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Rosolnik 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g (1) Ziemniaki 250g. Buraki z jabłkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g (1) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Rosolnik 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g (1) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml
--	---	---	---	---

### Podwieczerek cukrzycowy–Owoc

### Kolacja

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

Energia : 2283.45 kcal; Białko ogółem: 89.81 g; Tłuszcz: 69.23 g; Węglowodany ogółem: 370.55 g; Witamina C: 121.95 mg; Wapń: 782.62 mg; Sód: 3725.56 mg; Żelazo: 8.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.63 g; Cholesterol: 214.75 mg; Błonnik pokarmowy: 19.21 g.

**30.08.2024r. Piątek****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) Ser biały 70g. (7) Pomidor z cebulką 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor z cebulką 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

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

**Obiad**

Krupnik 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. Surówka z marchewki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. Surówka z marchewki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe na mące pełnoziarnistej z masłem 400g. Surówka z marchewki z jabłkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Krupnik 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. Surówka z marchewki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
---	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy–Owoc

**Kolacja**

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałata lodowa z serem feta i pomidorkami koktajlowymi 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałata lodowa z serem i pomidorkami koktajlowymi 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałata lodowa z serem feta i pomidorkami koktajlowymi 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 100g. (4,9) Sałata lodowa z serem i pomidorkami koktajlowymi 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Sałata lodowa z serem i pomidorkami b/z skórki 70g. (7)
--	---	--	---	--

Energia : 2134.91 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 278.9` g; Witamina C: 191.79 mg; Wapń: 1031.54 mg; Sód: 2300.40 mg; Żelazo: 10.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.45 g; Cholesterol: 338.92 mg; Błonnik pokarmowy: 28.61 g.

## **31.08.2024r. Sobota**

### 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) Kiełbasa szynkowa 50g. Ser topiony 40g. (7) Sałatka z pomidorem i ogórkiem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa szynkowa 50g. Ser kanapkowy 40g. (7) Sałatka z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa szynkowa 50g. Ser kanapkowy 40g. (7) Sałatka z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa szynkowa 70g. Ser kanapkowy 40g. (7) Sałatka z pomidorem 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Kiełbasa szynkowa 50g. Ser kanapkowy 40g. (7) Sałatka z pomidorem b/z skórki 70g

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

### Obiad

Żurek z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Sos boloński z mięsem drobiowym 130/100g. (1) Makaron świderki 200g. (1) Kalafior 150g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Sos boloński z mięsem drobiowym 130/100g. (1) Makaron świderki 200g. (1) Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml	Żurek z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Sos boloński z mięsem drobiowym 130/100g. (1) Makaron świderki 200g. (1) Kalafior 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Sos boloński z mięsem drobiowym 130/100g. (1) Makaron świderki 200g. (1) Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml. (1,7,9) Sos boloński z mięsem drobiowym 130/100g. (1) Makaron świderki 200g. (1) Warzywa gotowane 200g. Kompot 250ml
---	---	--	---	---

Podwieczerek 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
---	--	--	---	--

Energia : 2346.78 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 79.23 g; Węglowodany ogółem: 324.56 g; Witamina C: 246.81 mg; Wapń: 1021.31 mg; Sód: 1900.23 mg; Żelazo: 10.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.49 g; Cholesterol: 319.89 mg; Błonnik pokarmowy: 23.81 g