

01.09.2024r. Niedziela

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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Rosolnik 300ml. (9) Gulasz drobiowy w sosie serowo-ziołowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka z groszkiem 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Gulasz drobiowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Gulasz drobiowy w sosie serowo-ziołowym 130/100g. (1,7) Ryż brązowy 200g. Surówka z marchewki 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Gulasz drobiowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Gulasz drobiowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ryż 200g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy- pieczywo chrupkie 30g. (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata lodowa z serem feta i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata lodowa z serem i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata lodowa z serem feta i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Sałata lodowa z serem i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 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 : 2251.54 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 72.58 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; Witamina C: 85.58 mg; Wapń: 641.45 mg; Sód: 2544.09 mg; Żelazo: 10.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.26 g; Cholesterol: 330.01 mg; Błonnik pokarmowy: 27.74 g.

02.09.2024r. Poniedziałek

Śniadanie

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

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

Obiad

Zupa jarzynowa 300ml. (1, 7,9) Ziemniaki 250g. Gołąbek w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Sałata 30g. Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1, 7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1, 7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Kalafior gotowany 200g. Kompot b/cukru 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1, 7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300ml. (1, 7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany w sosie pomidorowym 130/100g. (1,3,7) 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.
--	---	--	---	--

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

Dieta cukrzycowa: Serek homogenizowany 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: 2346.24 mg; Żelazo: 13.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.32 g; Cholesterol: 695.03 mg; Błonnik pokarmowy: 26.96 g.

03.09.2024r. 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. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g. Jogurt naturalny 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Pomidor 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g. Jogurt owocowy 150g. (7)

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

Zupa z fasolki szparagowej z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml.	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki z jabłkiem 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Kasza 200g. (1) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.
--	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Salceson biały z indyka 50g. Ogórek małosolny 50g.	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 50g.	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: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Energia : 2240.50 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 87.08 g; Węglowodany ogółem: 289.78 g; Witamina C: 123.64 mg; Wapń: 1010.39 mg; Sód: 3270.16 mg; Żelazo: 13.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.38 g; Cholesterol: 508.70 mg; Błonnik pokarmowy: 27.77 g.

04.09.2024r. Środa

Śniadanie

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

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

Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9) Makaron 200g. (1,3) Sos boloński z mięsem drobiowym 130/100g. (1,7) Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Makaron 200g. (1,3) Sos boloński z mięsem drobiowym 130/100g. (1,7) Kompot 250ml	Zupa grochowa 300ml. (9) Makaron brązowy 200g. (1,3) Sos boloński z mięsem drobiowym 130/100g. (1,7) Kompot b/z cukru 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Makaron 200g. (1,3) Sos boloński z mięsem drobiowym 130/100g. (1,7) Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Makaron 200g. (1,3) Sos boloński z mięsem drobiowym 130/100g. (1,7) Kompot 250ml
--	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Serek topiony 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Serek kanapkowy 30g. (7) Wędlina 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Serek kanapkowy 30g. (7) Sałata 30g.
---	---	---	--	--

II kolacja: Mus owocowo-warzywny 150g.

Dieta cukrzycowa: Owoc

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.

05.09.2024r. 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) Wędlina 50g. Ser camembert 20g. (7) Wędlina 20g. Ogórek zielony 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) 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- Owoc

Obiad

Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Kotlet z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 200g. (9) Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 200g. (9) Kompot 250ml b/z cukru	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml
---	---	--	--	---

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo chrupkie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 70g. Wędlina 20g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Połędwica sopocka 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Paszтет zapiekany 70g. Wędlina 20g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Połędwica sopocka 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Połędwica sopocka 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	---	--

II kolacja: Kisiel owocowy 150g.

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

Energia : 2035.91 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 94.07 g; Węglowodany ogółem: 244.88 g; Witamina C: 160.29 mg; Wapń: 692.94 mg; Sód: 2982.42 mg; Żelazo: 10.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.36 g; Cholesterol: 264.42 mg; Błonnik pokarmowy: 27.43 g.

06.09.2024r. Piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser topiony 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Wędlna 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Ser kanapkowy 40g. (7) Wędlna 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe – Owoc

Obiad

Zupa żurek z ziemniakami 300g. (1,7,9) Jajko sadzone 2 szt. (3) Ziemniaki 250g. Mizeria z kefirem 150g. (7) Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw z kaszą jaglaną 300g. (1,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa żurek z ziemniakami 300g. (1,7,9) Jajko sadzone 2 szt. (3) Ziemniaki 250g. Mizeria z kefirem 150g. (7) Kompot b/z cukru 250ml	Zupa krem z białych warzyw z kaszą jaglaną 300g. (1,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw z kaszą jaglaną 300g. (1,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
--	---	--	---	---

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Ser żółty 20g. (7) Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Ser żółty 20g. (7) Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Ser kanapkowy 50g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	---

II kolacja: Galaretka owocowa 150g.

Dieta cukrzycowa: galaretka owocowa b/z cukru 150g.

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

07.09.2024r. 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) 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- Biszkopty b/z cukru (1,3)

Obiad

Zupa pieczarkowa z ryżem 300ml. (7,9) Udziec z indyka 130g. (1) Ziemniaki 250g. Kapusta modra zasmażana 200g. Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Brokuły gotowane 150g. Kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z ryżem 300ml. (7,9) Udziec z indyka 130g. (1) Ziemniaki 250g. Kapusta modra zasmażana 200g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Brokuły gotowane 150g. Kompot 250ml	Zupa grysikowa 300ml. (1,9) Udziec z indyka duszony w sosie 130/100g. (1,3) Ziemniaki 250g. Warzywa gotowane 150g. (9) Kompot 250ml
--	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy (9)

Kolacja

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

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2219.33 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 119.25 g; Węglowodany ogółem: 221.35 g; Witamina C: 135.21 mg; Wapń: 875.25 mg; Sód: 3423.28 mg; Żelazo: 14.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.19 g; Cholesterol: 226.71 mg; Błonnik pokarmowy: 36.31 g.

08.09.2024r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) 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 pomidorowa 300ml. (1,3,9) Ryż 200g. Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Marchewka z groszkiem 200g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa 300ml. (1,3,9) Ryż 200g. Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa 300ml. (1,3,9) Ryż brązowy 200g. Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Surówka z marchewki 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa 300ml. (1,3,9) Ryż 200g. Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa 300ml. (1,3,9) Ryż 200g. Kurczak w potrawce 130/100g. (1,7) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml.
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Kabanos drobiowy 40g. Wędlina 50g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pasta drobiowa z warzywami 70g. (9) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Kabanos drobiowy 40g. Wędlina 50g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pasta drobiowa z warzywami 70g. (9) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pasta drobiowa z warzywami 70g. (9) Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	---

II kolacja: Koktajl owocowy 200ml. (7)

Dieta cukrzycowa: Kefir 200ml. (7)

Energia : 2127.25 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 98.91 g; Węglowodany ogółem: 251.77 g; Witamina C: 186.46 mg; Wapń: 967.33 mg; Sód: 3387.55 mg; Żelazo: 11.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.28 g; Cholesterol: 297.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.20 g.

09.09.2024r. 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) 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- Biszkoty b/z cukru (7)

Obiad

Zupa ogórkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Kotlet mielony z pieczarkami 130g. (1,3) Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml	Rosolnik 300ml. (9) Zrazik wieprzowy gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Zupa ogórkowa 300ml. (1,7,9) Zrazik wieprzowy gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Rosolnik 300ml. (9) Zrazik wieprzowy gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml	Rosolnik 300ml. (9) Zrazik wieprzowy gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Buraki 200g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy–Owoc

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta z soczewicy 70g. 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) Pasta z soczewicy 70g. 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.
--	--	--	---	--

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

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

Energia : 2131.55 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz: 113.47 g; Węglowodany ogółem: 281.35 g; Witamina C: 185.31 mg; Wapń: 875.33 mg; Sód: 2758.78 mg; Żelazo: 14.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.31 g; Cholesterol: 198.56 mg; Błonnik pokarmowy: 37.89g.

10.09.2024r. 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) 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) Wędlina 20g. 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) Wątróbka drobiowa z cebulką 100/100g. (1) Ziemniaki 250g. Sałatka z ogórka kiszzonego 150g. Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Sałatka z ogórka kiszzonego 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Krupnik 300ml. (1,7,9) Gulasz drobiowy w sosie ziołowym 130/100g. (1,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
---	---	---	---	---

Podwieczerek cukrzycowy–Owoc

Kolacja

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

II kolacja: Mus owocowo-warzywny 150g.

Dieta cukrzycowa: Owoc

Energia : 2092.97 kcal; Białko ogółem: 69.76 g; Tłuszcz: 74.24 g; Węglowodany ogółem: 313.08 g; Witamina C: 115.37 mg; Wapń: 904.06 mg; Sód: 2458.29 mg; Żelazo: 9.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.04 g; Cholesterol: 195.48 mg; Błonnik pokarmowy: 28.53 g.