

11.09.2024r. Środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser Camembert 60g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 70g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser Camembert 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 70g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 70g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

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

Podwieczerek cukrzycowy- pieczywo chrupkie 30g. (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Serek topiony 40g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 50g. Sałata 30g.
--	--	--	---	---

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2241.78 kcal; Białko ogółem: 76.95 g; Tłuszcz: 82.82 g; Węglowodany ogółem: 320.15 g; Witamina C: 76.50 mg; Wapń: 622.35 mg; Sól: 3640.56 mg; Żelazo: 9.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.78 g; Cholesterol: 235.10 mg; Błonnik pokarmowy: 25.59 g.

12.09.2024r. 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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Wędlina 50g. Papryka 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Papryka 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 40g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Karkówka gotowana w sosie chrzanowym 130/100g. (1,7,9) Buraki z jabłkiem 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Filet z kurczaka gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,7,9) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Filet z kurczaka gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,7,9) Buraki gotowane 200g. Kompot b/cukru 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Filet z kurczaka gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,7,9) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Filet z kurczaka gotowany w sosie mlecznym 130/100g. (1,7,9) Buraki gotowane 200g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	---

Podwieczerek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Śledź w oleju z cebulką 70g. (4) Ser żółty 50g. (4) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna 70g. (3,4) Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta rybna 70g. (3,4) Ser fromage 30g. (7) Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta rybna 70g. (3,4) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Pasta z ryby gotowanej 70g. (4) Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.
--	---	--	---	--

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

Dieta cukrzycowa: Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Energia : 2095.70 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 57.09 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; Witamina C: 157.18 mg; Wapń: 922.01 mg; Sól: 2326.89 mg; Żelazo: 11.60 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; Cholesterol: 502.74 mg; Błonnik pokarmowy: 26.17 g.

13.09.2024r. Piątek

Śniadanie

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

II śniadanie cukrzycowe- Owoc

Obiad

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

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie (1)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna b/z majonezu 70g. (3) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem b/z majonezu 70g. (3) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna b/z majonezu 70g. (3) Ser kanapkowy 40g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser kanapkowy 70g. (7) Sałata lodowa z pomidorkami b/z skórki 100g.
---	---	--	--	--

II kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

Energia : 2206.58 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 98.28 g; Węglowodany ogółem: 260.21 g; Witamina C: 136.75 mg; Wapń: 842.90 mg; Sól: 2968.15 mg; Żelazo: 14.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.38 g; Cholesterol: 325.32 mg; Błonnik pokarmowy: 26.69 g.

14.09.2024r. 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) Salceson biały z indyka 70g. Musztarda 10g. (9) Ogórek małosolny 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) Salceson biały z indyka 70g. Musztarda 10g. (9) Ogórek małosolny 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (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 krupnik z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ryż gotowany 200g. Fasolka bo bretońska 200g. (1) Kompot 250ml	Zupa krupnik z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Leczo drobiowe z warzywami w sosie pomidorowym 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. Kompot 250ml	Zupa krupnik z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Leczo drobiowe z warzywami w sosie pomidorowym 130/100g. (1,7,9) Ryż brązowy 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa krupnik z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Leczo drobiowe z warzywami w sosie pomidorowym 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. Kompot 250ml	Zupa krupnik z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Leczo drobiowe z warzywami w sosie pomidorowym 130/100g. (1,7,9) Ryż 200g. Kompot 250ml
---	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy – Owoc

Kolacja

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

II kolacja: Mus owocowo-warzywny 150g.

Dieta cukrzycowa: Owoc

Energia : 2753.55 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 154.69 g; Węglowodany ogółem: 264.69 g; Witamina C: 166.67 mg; Wapń: 842.39 mg; Sól: 3313.74 mg; Żelazo: 12.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.44 g; Cholesterol: 598.96 mg; Błonnik pokarmowy: 28.03 g.

15.09.2024r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 50g. Ogórek zielony 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 kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. 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) Salami wieprzowe 50g. 70g. Wędlina 20g. Ogórek małosolny 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Sałatka z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Sałatka z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Ser fromage 30g. (7) Sałatka z pomidorem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser fromage 30g. (7) Sałatka z pomidorem b/z skórki 70g.
--	--	--	---	--

II kolacja: Kisiel owocowy 150g.

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

Energia : 2065.29 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 67.88 g; Węglowodany ogółem: 298.50 g; Witamina C: 132.85 mg; Wapń: 699.28 mg; Sód: 3467.33 mg; Żelazo: 11.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.73 g; Cholesterol: 348.31 mg; Błonnik pokarmowy: 29.74 g.

16.09.2024r. Poniedziałek

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

II śniadanie cukrzycowe – Owoc

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem 300g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Stek z cebulką 130g. (1) Surówka z białej kapusty 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Surówka z białej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300g. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Zrazik gotowany w sosie ziołowym 130/100g. (1,3,7) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
--	--	--	--	--

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka makaronowa z ogórkiem zielonym, kukurydzą i papryką 100g. (1,3) Wędlina 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka makaronowa z pomidorem 100g. (1,3) Wędlina 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka makaronowa z ogórkiem zielonym, kukurydzą i papryką 100g. (1,3) Wędlina 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka makaronowa z pomidorem 100g. (1,3) Wędlina 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka makaronowa z pomidorem b/z skórki 100g. (1,3) Wędlina 50g.
--	---	--	--	---

II kolacja: Galaretka owocowa 150g.

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

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: 2713.57 mg; Żelazo: 16.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.02 g; Cholesterol: 270.42 mg; Błonnik pokarmowy: 25.98 g.

17.09.2024r. 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. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)	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) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata 30g. Jogurt naturalny 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałata 30g. Jogurt owocowy 150g. (7)

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

Obiad

Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Pierogi leniwe z masełkiem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Pierogi leniwe z masełkiem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Pierogi leniwe z masełkiem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml b/z cukru	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Pierogi leniwe z masełkiem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 200g. Kompot 250ml	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Pierogi leniwe z masełkiem 400g. (1,3,7) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
---	---	---	---	--

Podwieczerek 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 : 2341.42 kcal; Białko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 90.23 g; Węglowodany ogółem: 324.02 g; Witamina C: 223.47 mg; Wapń: 694.66 mg; Sód: 2730.45 mg; Żelazo: 12.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.65 g; Cholesterol: 201.87 mg; Błonnik pokarmowy: 33.89 g.

18.09.2024r. Środa

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

II śniadanie cukrzycowe – pieczywo chrupkie (1)

Obiad

Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Kotlet schabowy 130g. (1,3) Surówka z selera 150g. (9) Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1,7) Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1,7) Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot b/z cukru 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1,7) Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Ziemniaki 250g. Schab duszony w sosie własnym 130/100g. (1,7) Warzywa gotowane 200g. (9) 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 : 2339.61 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 107.36 g; Węglowodany ogółem: 335.37 g; Witamina C: 107.23 mg; Wapń: 820.55 mg; Sód: 2903.17 mg; Żelazo: 13.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.15 g; Cholesterol: 628.13 mg; Błonnik pokarmowy: 25.54 g.

19.09.2024r. 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) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Szynka konserwowa 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka konserwowa 50g. Pomidor 70g. Dżem 20g.

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

Obiad

Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Udziec z indyka gotowany w sosie 130/100g (1) Szpinak 200g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Udziec z indyka gotowany w sosie 130/100g (1) Szpinak 200g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Udziec z indyka gotowany w sosie 130/100g (1) Szpinak 200g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Udziec z indyka gotowany w sosie 130/100g (1) Szpinak 200g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Udziec z indyka gotowany w sosie 130/100g (1) Szpinak 200g. Kompot 250ml
--	--	---	--	--

Podwieczorek 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 : 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.

20.09.2024r. Piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml. (1,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 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

Zupa grochowa 300ml. (9) Ryż z jabłkiem i cynamonem 400g. Kompot 250ml	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Ryż z jabłkiem i cynamonem 400g. Kompot 250ml	Zupa grochowa 300ml. (9) Ryż brązowy 200g. Leczo warzywne z mięsem mielonym 130/100g. (1,7) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa brokułowa 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
--	---	--	---	---

Podwieczorek 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 : 2366.90 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 118.82 g; Węglowodany ogółem: 331.01 g; Witamina C: 206.61 mg; Wapń: 993.64 mg; Sód: 2897.91 mg; Żelazo: 15.40 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.36 g; Cholesterol: 295.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.95 g.