

21.09.2024r. 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 50g. Ogórek małosolny 70g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Salceson biały z indyka 50g. Ogórek małosolny 70g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Bigos 200g. Ziemniaki 250g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Bigos 200g. Ziemniaki 250g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa szpinakowa 300ml. (1,7,9) Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.
---	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzycowy- Pieczywo żytnie chrupkie 30g. (1)

Kolacja

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

22.09.2024r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Majonez 10g. (3) Wędlina 50g. Papryka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 50g. Papryka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Jajko gotowane 1 szt. (3) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (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

Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Ryż 200g. Potrawka z kurczaka po chińsku 130/100g. (1,7) Kompot 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Ryż 200g. Potrawka z kurczaka po chińsku 130/100g. (1,7) Kompot 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Ryż brązowy 200g. Potrawka z kurczaka po chińsku 130/100g. (1,7) Kompot b/cukru 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Ryż 200g. Potrawka z kurczaka po chińsku 130/100g. (1,7) Kompot 250ml.	Rosół z makaronem 300ml. (1,3,9) Ryż 200g. Potrawka z kurczaka 130/100g. (1,7) Kompot 250ml.
--	--	--	--	---

Podwieczerek cukrzycowy – Kisiel b/z cukru 150g.

Kolacja

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

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

Dieta cukrzycowa: 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

23.09.2024r. Poniedziałek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 40g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Jogurt naturalny 150g. (7)

Obiad

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

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie chrupkie 30g. (1)

Kolacja

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

II kolacja: Sok wielowarzywny 200ml. (9)

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.

24.09.2024r. 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- Owoc 1szt.

Obiad

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

Podwieczerek cukrzycowy – Sok wielowarzywny 250ml. (9)

Kolacja

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

II kolacja: Kisiel owocowy 150g.

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

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.

25.09.2024r. Środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser camembert 20g. (7) Wędlina 50g. Ogórek zielony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 30g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

Zupa grochowa 300ml. (9) Makaron 200g. (1) Sos spaghetti bolognese z serem 130/100g. (1,3,7) Kompot 250ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Makaron 200g. (1) Sos spaghetti bolognese 130/100g. (1,3,7) Kompot 250ml	Zupa grochowa 300ml. (9) Makaron brązowy 200g. (1) Sos spaghetti bolognese 130/100g. (1,3,7) Kompot 250ml b/z cukru	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Makaron 200g. (1) Sos spaghetti bolognese 130/100g. (1,3,7) Kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Makaron 200g. (1) Sos spaghetti bolognese 130/100g. (1,3,7) Kompot 250ml
--	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Budyń b/z cukru 150g. (1,7)

Kolacja

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

II kolacja: Mus owocowo-warzywny 150g.

Dieta cukrzycowa: Owoc 1 szt.

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

26.09.2024r. 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) Pasta z soczewicy 70g. (9) Wędlna 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta z soczewicy 70g. (9) Wędlna 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Ser kanapkowy 40g. (7) Wędlna 70g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 40g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe – Biszkopty b/z cukru 30g. (1,3,7)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 300g. (7,9) Ziemniaki 250g. Kotlet smażony z piersi kurczaka 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9) Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300g. (7,9) Ziemniaki 250g. Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300g. (7,9) Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1) Surówka z selera 150g. (9) Kompot b/z cukru 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300g. (7,9) Ziemniaki 250g. Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300g. (7,9) Ziemniaki 250g. Pierś z kurczaka duszona w sosie ziołowym 130/100g. (1) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
---	--	---	--	---

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka z buraka gotowanego z ogórkiem i oliwą 100g. Wędlna 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka z buraka gotowanego z roszponką i oliwą 100g. Wędlna 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka z buraka gotowanego z ogórkiem i oliwą 100g. Wędlna 50g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka z buraka gotowanego z roszponką i oliwą 100g. Wędlna 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Sałatka z buraka gotowanego z roszponką i oliwą 100g. Wędlna 50g.
--	---	--	--	--

II kolacja: Galaretka owocowa 150g.

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

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

27.09.2024r. Piątek

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 biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Jogurt naturalny 150g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300g. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Sok pomidorowy 250ml. (9)

Obiad

Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Jajko sadzone 2 szt. (3) Ziemniaki 250g. Mizeria na kefirze 150g. (7) Kompot 250ml	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Mizeria na kefirze 150g. (7) Kompot 250ml b/z cukru	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml	Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Jajko gotowane w sosie koperkowym 2 szt./100g. (1,3,7) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Ser żółty 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta rybna z warzywami 70g. (4,9) Ser fromage 30g. (7) Sałata 30g.
---	---	---	--	--

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: jogurt naturalny 150g. (7)

28.09.2024r. Sobota

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) Paszтет zapiekany 70g. Wędlina 30g. Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 40g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 40g. (7) Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Serek kanapkowy 40g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z ryżem 300g. (7) Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Serek kanapkowy 40g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – Serek wiejski 150g. (7)

Obiad

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

Podwieczorek cukrzycowy- Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka z ciecierzycą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka z ciecierzycą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka z ciecierzycą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 70g. Sałatka z ciecierzycą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka gotowana 50g. Sałatka z pomidorem b/z skórki 100g.
---	---	---	--	---

II kolacja: Koktajl owocowy 200ml. (7)

Dieta cukrzycowa: Kefir naturalny 200ml. (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.

29.09.2024r. 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) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 30g. Pomidor z cebulką 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 30g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Biskopity b/z cukru 30g. (1,3,7)

Obiad

Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Kotlet mielony z pieczarkami 130g. (1,3) Sałatka z ogórka kiszzonego 150g. Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Sałatka z ogórka kiszzonego 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz wieprzowy 130/100g. (1) Warzywa gotowane 200g. (9) Kompot 250ml
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy–Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka makaronowa z szynką i ogórkiem 100g. (1,3)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka makaronowa z szynką i pomidorem b/z majonezu 100g. (1,3)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałatka makaronowa z szynką i ogórkiem b/z majonezu 100g. (1,3)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 70g. Sałatka makaronowa z szynką i pomidorem b/z majonezu 100g. (1,3)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Sałata z pomidorem b/z skórki 70g.
--	--	---	---	---

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

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

30.09.2024r. Poniedziałek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z makaronem 250ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Zupa mleczna z makaronem 250ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Dżem 20g. Sałata 30g.	Zupa mleczna z makaronem 250ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Rzodkiewka 70g.	Zupa mleczna z makaronem 250ml. (1,3,7) Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 70g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Zupa mleczna z makaronem 250ml. (1,3,7) 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 krem z białych warzyw 300ml. (7,9) Ryż biały gotowany 200g. Leczo warzywne z mięsem mielonym 130/100g. (1,7) Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw 300ml. (7,9) Ryż biały gotowany 200g. Leczo warzywne z mięsem mielonym 130/100g. (1,7) Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw 300ml. (7,9) Ryż brązowy gotowany 200g. Leczo warzywne z mięsem mielonym 130/100g. (1,7) Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa krem z białych warzyw 300ml. (7,9) Ryż biały gotowany 200g. Leczo warzywne z mięsem mielonym 130/100g. (1,7) Kompot 250ml	Zupa krem z białych warzyw 300ml. (7,9) Ryż gotowany 200g. Leczo warzywne z mięsem mielonym 130/100g. (1,7) Kompot 250ml
---	---	--	---	---

Podwieczorek cukrzycowy– Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

Kolacja

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

II kolacja: Mus owocowo-warzywny 150g.

Dieta cukrzycowa: Owoc

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