

| 24.06.2024 | Dieta ogólna | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa |
|--|---|---|--|
| Śniadanie | Chleb 150g(6), masło 20g(2), zacierka na mleku 300g(2,6), Salceson włoski 70g (2,4,7), jajko 60g(1), jabłko, , herbata 250g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), zacierka na mleku 300g(2,6), Polędwica miodowa 70g (2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), , jabłko, herbata 250g. | Chleb razowy 100g(60, masło 20g(2), polędwica drobiowa 70g (2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), jabłko, , herbata 250g. |
| Obiad | Barszcz czerwony ze śmietaną 350g(2,4,6,7), makaron durum 180g(1,6) , pierś drobiowa duszona w sosie z brokułami 150g(2,4,6,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g. | Barszcz czerwony ze śmietaną 350g(2,4,6,7), makaron durum 180g(1,6) , pierś drobiowa duszona w sosie z brokułami 150g(2,4,6,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g. | Barszcz czerwony ze śmietaną 350g(2,4,6,7), makaron durum 180g(1,6) , pierś drobiowa duszona w sosie z koprem 150g(2,4,6,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g. |
| Kolacja | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica miodowa 40g(2,4,7), wątróbiana 70g(2,4,6,7), ogórek świeży, herbata 300g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica miodowa 40g(2,4,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ogórek świeży, herbata 300g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica miodowa 40g(2,4,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), jogurt naturalny 150g(2), ogórek świeży, herbata 300g. |
| Wartość odżywcza; Wartość odżywcza; Energia 2574 Kcal, Białko 91g (pochodzenia roślinnego 35g),Tłuszcz 84g, Węglowodany 377g, Sól 11g. | | | |
| Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8). | | | |

| 25.06.2024 | Dieta ogólna | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa |
|--|---|---|---|
| Śniadanie | Chleb 150g(6), masło 20g(2), twaróg 80g(2), ogonówka 40g(2,4,7), marmolada 30g, jabłko, kakao 300g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), twaróg 80g(2), ogonówka 40g (2,4,7), marmolada 30g, jabłko, kakao 300g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), twaróg 80g(2), ogonówka 40g (2,4,7), jabłko, herbata 250g. |
| Obiad | Kapuśniak z kapusty kiszonej 350g(4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, klops w/p pieczony w sosie pomidorowym 100g/120g(2,4,6,7), z buraków czerwonych z oliwą 120g, kompot 300g. | Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(1,2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, klops w/p pieczony w sosie pomidorowym 100g/120g (2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 100g, kompot 300g. | Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(1,2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, klops w/p pieczony w sosie pomidorowym 100g/120g (2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 100g, kompot 300g. |
| Kolacja | Chleb 150g(6), masło 20g(2), smaczek konserwowy 60g(3,7), konserwa szynkowa 55g(2,4,6,7), ogórek świeży, babka piaskowa 60g(1,2,6), herbata 300g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), smaczek konserwowy 60g (3,7), konserwa szynkowa 55g (2,4,6,7), babka pisakowa(1,2,6), ogórek świeży, herbata 300g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), smaczek konserwowy 60g (3,7), konserwa szynkowa 55g (2,4,6,7), ogórek świeży, mandarynka, herbata 300g. |
| Wartość odżywcza; Energia 2574 Kcal, Białko 91g (pochodzenia roślinnego 35g),Tłuszcz 84g, Węglowodany 377g, Sól 11g. | | | |
| Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8). | | | |

| 26.06.2024 | Dieta ogólna | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa |
|--|--|--|--|
| Śniadanie | Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki owsiane na mleku 300g(2), krakowska 60g (2,4,6,7), pasztet drobiowy 25(2,4,6,7), jabłko, herbata 300g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki owsiane na mleku 300g(2), krakowska 60g (2,4,6,7), pasztet drobiowy 25g(2,4,6,7), jabłko, herbata 300g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), krakowska 60g (2,4,6,7), pasztet drobiowy 25g (2,4,6,7), jabłko, herbata 300g. |
| Obiad | Zupa z brokuł ze śmietaną 350g (2,4,6,7), kasza perłowa na sypko 180g(2,6), gulasz w/p z karkówki duszony z warzywami 150g (4,6,7), surówka z kapusty słodkiej z kukurydzą i oliwą 120g(1,7), kompot 300g. | Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza perłowa na sypko 180g(2,6), gulasz w/p z karkówki gotowany z warzywami 150g (4,6,7), surówka jarzyn mieszanych 100g, kompot 300g. | Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza perłowa na sypko 180g(2,6), gulasz w/p z karkówki gotowany z warzywami 150g (4,6,7), surówka jarzyn mieszanych 100g, kompot 300g. |
| Kolacja | Chleb 150g(6), masło 20g(2), jajko 60g(1), polędwica sopocka 60g(2,4,7), babka piaskowa 60g(1,2,6) ½ pomidora , jogurt owocowy 150g(2)herbata 300g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), babka piaskowa 60g(1,2,6), ½ pomidora, jogurt owocowy 150g(2), herbata 300g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), ½ pomidora, jogurt naturalny 150g(2), herbata 300g. |
| Wartość odżywcza; Energia 2457,4 Kcal, Białko 87,9g (pochodzenia roślinnego 32,0g),Tłuszcz 97,0g, Węglowodany 321,1g, Sól 14,3g. | | | |
| Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8). | | | |

| 27.06.2024 | Dieta ogólna | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa |
|--|--|--|--|
| Śniadanie | Chleb(6) 150g, masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2,6), Połędwica drobiowa 60g , (2,4,6,7), ser topiony 17g(2), jabłko, herbata 250g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2,6), Połędwica drobiowa 60g (2,4,6,7), serek kanapkowy 40g(2), jabłko, herbata 250g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), Połędwica drobiowa 60g (2,4,6,7), serek kanapkowy 40g(2), jabłko, herbata 250g. |
| Obiad | Jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g(2), bioderko drobiowe pieczone 1szt, surówka z kapusty pekińskiej 100g (2,4,6,7), kompot 300g. | Jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe gotowane w sosie 1szt./120g(2,4,6), surówka z kapusty pekińskiej 100g (2,4,6,7), kompot 300g. | Jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe gotowane w sosie 1szt./120g(2,4,6), surówka z kapusty pekińskiej 100g (2,4,6,7), kompot 300g. |
| Kolacja | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,7,), twaróg ze szczypiorem 60g(2), mandarynka, herbata 300g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,7,), twaróg ze szczypiorem 60g(2), mandarynka, herbata 300g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,7,), twaróg ze szczypiorem 60g(2), mandarynka, herbata 300g. |
| Wartość odżywcza; Energia 2425 Kcal, Białko 85,7g (pochodzenia roślinnego 33,6g),Tłuszcz 82,5g, Węglowodany 349g, Sól 14,3g. | | | |
| Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8). | | | |

| 28.06.2024 | Dieta ogólna | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa |
|---|--|--|--|
| Śniadanie | Chleb(6) 150g, masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2,6), wędlina krakowska 60g, (2,4,6,7), ser topiony 17g(2), rukola, jabłko, herbata 250g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2,6), wędlina krakowska 60g (2,4,6,7), serek kanapkowy 40g(2), rukola, jabłko, herbata 250g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina krakowska 60g (2,4,6,7), serek kanapkowy 40g(2), jabłko, rukola, herbata 250g. |
| Obiad | Pomidorowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kaszanka odsmażana 150g(1,6), surówka z kiszanej kapusty 120g, kompot 300g. | Pomidorowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, schab duszony w sosie 70g/120g(4,6), warzywa gotowane 100g, kompot 300g. | Pomidorowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, schab duszony w sosie 70g/120g(4,6), warzywa gotowane 100g, kompot 300g. |
| Kolacja | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,7), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), jogurt owocowy 150g(2), herbata 300g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,7), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), jogurt owocowy 150g(2), herbata 300g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,7), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), jogurt naturalny, herbata 300g. |
| Wartość odżywcza; Energia 2425 Kcal, Białko 85,7g (pochodzenia roślinnego 33,6g), Tłuszcz 82,5g, Węglowodany 349g, Sól 14,3g. | | | |
| Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8). | | | |

| 29.06.2024 | Dieta ogólna | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa |
|--|---|--|---|
| Śniadanie | Chleb 150g(6), masło 20g(2), ser żółty 60g(2), marmolada 40g, ½ pomidora, kawa zbożowa 300g(2,6). | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica drobiowa 60g,(2,4,6,7), marmolada 40g, ½ pomidora, kawa zbożowa 300g(2,6). | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica drobiowa 60g(2,4,6,7), serek kanapkowy 40g(2), ½ pomidora, herbata 300g. |
| Obiad | Ogórkowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron 180g(1,6), sos węgierski z pieczarkami, warzywami, papryką i pomidorami 150g(4,6,7), surówka z kapusty młodej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g. | Kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron 180g(1,6), sos węgierski z pieczarkami, warzywami, papryką i pomidorami 150g(4,6,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g. | Kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), makaron 180g(1,6), sos węgierski z pieczarkami, warzywami, papryką i pomidorami 150g(4,6,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g. |
| Kolacja | Chleb 150g(6), masło 20g(2), przysmak szynkowy 60g(2,4,7), pasta z jajka 80g(1,2,4,7), ogórek świeży, herbata 300g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), przysmak szynkowy 60g(2,4,7), konserwa szynkowa 55g(2,4,7), ogórek świeży, herbata 300g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), przysmak szynkowy 60g(2,4,7), konserwa szynkowa 55g(2,4,7), ogórek świeży, herbata 300g. |
| Wartość odżywcza; Energia 2317 Kcal, Białko 77g (pochodzenia roślinnego 34,5g),Tłuszcz 68,4g, Węglowodany 362,8g, Sól 12,4g. | | | |
| Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8). | | | |

| 30.06.2024 | Dieta ogólna | Dieta podstawowa | Dieta cukrzycowa |
|--|---|--|---|
| Śniadanie | Chleb 150g(6), masło 20g(2), salami 60g(2,4,6,7), pasztet pieczony 60g(2,4,6,7), rukola, pomarańcza, herbata 300g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), salami 60g(2,4,6,7), parowka drobiowa 60g(2,4,6,7), rukola, pomarańcza, herbata 300g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2 salami 60g (2,4,6,7)), parowka drobiowa 60g(2,4,6,7), rukola, pomarańcza, herbata 300g. |
| Obiad | Zupa pieczarkowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe gotowane w sosie z brokuł 1szt./120g(2,4,6), surówka z surówka z marchwi i jabłek 120g(2), kompot 300g. | Zupa pieczarkowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe gotowane w sosie z brokuł 1 szt./120g(2,4,6), surówka z marchwi i jabłek 120g(2), kompot 300g. | Zupa pieczarkowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe gotowane w sosie z brokuł 1szt./120g(2,4,6), surówka z marchwi i jabłek 120g(2), kompot 300g. |
| Kolacja | Chleb 150g(6), masło 20g(2), metka wiejska 60g(2,4,7), baleron 60g(2,4,7), ogórek świeży, herbata 300g | Chleb 150g(6), masło 20g(2), wędlina toruńska 60g(2,4,6,7), baleron 60g(2,4,7,7), ogórek świeży, herbata 300g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina toruńska 60g(2,4,6,7), baleron 60g(2,4,7), ogórek świeży, herbata 300g. |
| Wartość odżywcza; Energia 2425 Kcal, Białko 85,7g (pochodzenia roślinnego 33,6g),Tłuszcz 82,5g, Węglowodany 349g, Sól 14,3g. | | | |
| Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8). | | | |