

| <b>28.10.2024</b>                                                                                                                  | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                       | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                              | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                   | Chleb 150g(6), masło 20g(2), kasza perłowa na mleku 300g(2,6), mielonka tyrolska 60g(2,4,7), jajko 60g(1), jabłko, herbata 250g.          | Chleb 150g(6), masło 20g(2), kasza perłowa na mleku 300g(2,6), mielonka tyrolska 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), jabłko, herbata 250g.                                           | Chleb razowy 100g(60, masło 20g(2), mielonka tyrolska 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g (2), jabłko, herbata 250g.                                                                     |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                       | Zupa ziemniaczana z makaronem i zieloną pietruszką 350g(4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, fasola po bretońsku 350g (2,4,6,7), kompot 300g. | Zupa ziemniaczana z makaronem i zieloną pietruszką 350g (4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, filet drobiowy pieczony , marchewka gotowana z groszkiem 100g/120g (2,4,6,7), kompot 300g. | Zupa ziemniaczana z makaronem i zieloną pietruszką 350g (4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, filet drobiowy pieczony , marchewka gotowana z groszkiem 100g/120g (2,4,6,7), kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                     | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka drobiowa biała 60g(2,4,7), wątrobianka 60g(2,4,6,7), ogórek konserwowy, herbata 300g.                 | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka drobiowa biała 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 50g (2,4,6,7), ogórek świeży, herbata 300g.                                                          | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka drobiowa biała 50g(2,4,7), pasztet drobiowy 50g (2,4,6,7), jogurt naturalny 150g(2), ogórek świeży, herbata 300g.                         |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2388 Kcal, Białko 80g ( pochodzenia roślinnego 31,5g),Tłuszcz 93,5g, Węglowodany 323g, Sól 15,8g. |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                      |
| <b>Energia 2457,4 Kcal, Białko 87,9g ( pochodzenia roślinnego 32,0g),Tłuszcz 97,0g, Węglowodany 321,1g, Sól 14,3g.</b>             |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                      |

| <b>29.10.2024</b>                                                                                                                 | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                        | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                                    | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                  | Chleb 150g(6), masło 20g(2), twaróg 60g(2), polędwica miodowa 60g(2,4,7), marmolada 30g, pomidor, kakao 300g.                                              | Chleb 150g(6), masło 20g(2), twaróg 60g(2), polędwica miodowa 60g(2,4,7), marmolada 30g, pomidor, kakao 300g.                                                                                              | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), twaróg 60g(2), polędwica miodowa 60g (2,4,7), pomidor, herbata 250g.                                                                                                   |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                      | Kapuśniak z kapusty kiszonej 350g(4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kotlet mielony 100g(1,2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 120g, kompot 300g. | Zupa kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, klops pieczony w sosie pomidorowym 100g/120g(1,2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 120g, kompot 300g. | Zupa kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, klops pieczony w sosie pomidorowym 100g/120g(1,2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 120g, kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                    | Chleb 150g(6), masło 20g(2), paprykarz szczeciński 60g(3,7), szynka konserwowa 60g(2,4,7), ogórek świeży, babka piaskowa 60g(1,2,6), herbata 300g.         | Chleb 150g(6), masło 20g(2), ryba w pomidorach 60g(3,7), szynka konserwowa 60g(2,4,7), ogórek świeży, babka piaskowa 60g(1,2,6), herbata 300g.                                                             | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), ryba w oleju 60g(3,7), szynka konserwowa 60g(2,4,7), ogórek świeży, jogurt naturalny 150g(2), herbata 300g.                                                            |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2488 Kcal, Białko 80g ( pochodzenia roślinnego 31,5g),Tłuszcz 93,5g, Węglowodany 323g, Sól 15,8g |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Alergeny:</b> jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).                        |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                            |

| <b>30.10.2024</b>                                                                                                                        | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                                                               | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                         | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                         | Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki owsiane na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,4,7), jabłko, herbata 300g.                                                    | Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki owsiane na mleku 300g, wędlina krakowska 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,4,7), jabłko, herbata 300g.                    | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina krakowska 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,4,7), jabłko, herbata 300g.                                           |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                             | Barszcz czerwony ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza perłowa na sypko 180g(2), karkówka pieczona w sosie 90g/120g (4,6,7), surówka z ogórka kiszzonego z papryką i kukurydzą 120g(1,7), kompot 300g. | Barszcz czerwony ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza perłowa na sypko 180g(2), karkówka pieczona w sosie 90g/120g(4,6,7), sałata lodowa z oliwą 100g, kompot 300g. | Barszcz czerwony ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza perłowa na sypko 180g(2), karkówka pieczona w sosie 90g/120g(4,6,7), sałata lodowa z oliwą 100g, kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                           | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g (2,4,7), jajko 60g (1), ogórek świeży, jogurt owocowy 150g(2), herbata 300g.                                                                   | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), ogórek świeży, jogurt owocowy 150g(2), herbata 300g.                         | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), ogórek świeży, jogurt naturalny 150g(2), herbata 300g.                |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2497,7 Kcal, Białko 87,6g ( pochodzenia roślinnego 31,3g),Tłuszcz 91,3g, Węglowodany 383,2g, Sól 10,9g. |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| <b>Alergeny:</b> jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).                               |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |

| <b>31.10.2024</b>                                                                                                                        | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                             | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                           | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                         | Chleb(6) 150g, masło 20g(2), makaron na mleku 300g(2,6), wędlina żywiecka 60g, (2,4,7), ser topiony 17g(2), jabłko, herbata 250g.                               | Chleb 150g(6), masło 20g(2), makaron na mleku 300g(2,6), wędlina żywiecka 60g (2,4,7), serek kanapkowy 60g(2), jabłko, herbata 250g.                                              | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina żywiecka 60g (2,4,7), serek kanapkowy 60g(2), jabłko, herbata 250g.                                                                   |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                             | Pomidorowa z ryżem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kotlet schabowy (1,6), surówka z kapusty kiszonej 120g, kompot 300g. | Pomidorowa z ryżem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, schab duszony w sosie 80g/120g(4,6), surówka z jarzyn mieszanych 120g(2), kompot 300g. | Pomidorowa z ryżem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, schab duszony w sosie 80g/120g(4,6), surówka z jarzyn mieszanych 120g(2), kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                           | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), banan, herbata 300g.                                     | Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), banan, herbata 300g.                                                       | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), pomidor, herbata 300g.                                              |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2457,4 Kcal, Białko 87,9g ( pochodzenia roślinnego 32,0g),Tłuszcz 97,0g, Węglowodany 321,1g, Sól 14,3g. |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |
| <b>Alergeny:</b> jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).                               |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                   |

| <b>01.11.2024</b>                                                                                                                | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                 | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                             | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                 | Chleb 150g(6), masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,6,7), jabłko, herbata 250g. | Chleb 150g(6), masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,6,7), jabłko, herbata 250g. | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,6,7), jogurt naturalny 150g(2), jabłko, herbata 250g. |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                     | Zupa grochowa z boczkiem wędzonym 350g(4,6,7), makaron z twarogiem polany tłuszczem ze skwarkami 300g (2,6), kompot 300g.           | Jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron z twarogiem polany masłem 300g(2,6), kompot 300g.                 | Jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron z twarogiem polany masłem 300g(2,6), kompot 300g.                            |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                   | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g(2,4,7), ser topiony 50g(2), pomidor, herbata 300g.                                  | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), pomidor, herbata 300g.                              | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), pomidor, herbata 300g.                                  |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2494 Kcal, Białko 80g ( pochodzenia roślinnego 35g),Tłuszcz 85,5g, Węglowodany 363g, Sól 11,6g. |                                                                                                                                     |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                |
| <b>Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).</b>                       |                                                                                                                                     |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                |

| <b>02.11.2024</b>                                                                                                                  | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                                                            | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                   | Chleb 150g(6), masło 20g(2), ser żółty 60g(2), marmolada 40g, ½ pomidora, kawa zbożowa 300g                                                                                                    | 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, 7), serek kanapkowy 40g(2), ½ pomidora, herbata 300g.                                                  |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                       | Zupa ogórkowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ryż na sypko 180g(2), potrawka z kurczaka w sosie z warzywami 150g(2,4,6,7), surówka z kapusty czerwonej 120g(1,7), kompot 300g. | Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), ryż na sypko 180g(2), potrawka z kurczaka w sosie z warzywami 150g(2,4,6,7), surówka z marchwi i jabłek 120g(2), kompot 300g. | Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), ryż na sypko 180g(2), potrawka z kurczaka w sosie z warzywami 150g(2,4,6,7), surówka z marchwi i jabłek 120g(2), kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                     | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), pasta z jajka 80g(1,2,4,7), ogórek świeży, herbata 300g.                                                                            | Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), konserwa szynkowa 55g(2,4,7), ogórek świeży, herbata 300g.                                                  | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), konserwa szynkowa 55g(2,4,7), ogórek świeży, jabłko, herbata 300g.                                   |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2434 Kcal, Białko 83,8g ( pochodzenia roślinnego 35,1g),Tłuszcz 69g, Węglowodany 320g, Sól 14,3g. |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |
| <b>Alergeny:</b> jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).                         |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                        |

| <b>03.11.2024</b>                                                                                                                   | <b>Dieta ogólna</b>                                                                                                                                                                     | <b>Dieta podstawowa</b>                                                                                                                                                                 | <b>Dieta cukrzycowa</b>                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie</b>                                                                                                                    | Chleb 150g(6), masło 20g(2), salami 60g(2,4,6,), pasztet pieczony 60g(2,4,6,7), banan, herbata 300g.                                                                                    | Chleb 150g(6), masło 20g(2), salami 60g(2,4,6,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), banan, herbata 300g.                                                                                   | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2) salami 60g (2,4,6,), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ½ pomidora, herbata 300g.                                                                        |
| <b>Obiad</b>                                                                                                                        | Pomidorowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe pieczone 1szt, marchewka gotowana z groszkiem 120g(2,6,7), kompot 300g. | Pomidorowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe gotowane 1szt, marchewka gotowana z groszkiem 120g(2,6,7), kompot 300g. | Pomidorowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, bioderko drobiowe gotowane 1szt, marchewka gotowana z groszkiem 120g(2,6,7), kompot 300g. |
| <b>Kolacja</b>                                                                                                                      | Chleb 150g(6), masło 20g(2), metka bawarska 60g(2,4,7), baleron w/p 60g(2,4,7), ogórek świeży , herbata 300g                                                                            | Chleb 150g(6), masło 20g(2), parówka drobiowa 60g(2,4,7), baleron w/p 60g(2,4,7,), ogórek świeży, herbata 300g.                                                                         | Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), parówka drobiowa 60g(2,4,7), baleron w/p 60g(2,4,7), ogórek świeży, herbata 300g.                                                                   |
| <b>Wartość odżywcza;</b> Energia 2425 Kcal, Białko 85,7g ( pochodzenia roślinnego 33,6g),Tuszcz 82,5g, Węglowodany 349g, Sól 14,3g. |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                         |
| <b>Alergeny:</b> jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).                          |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                         |