

27.01.2025.	Dieta ogólna	Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki kukurydziane na mleku 300g(2,6), mielonka tyrolska 60g (2,4,7), jajko 60g (1), jabłko, herbata 250g.	Chleb 150g(6), masło 20g(2 płatki kukurydziane 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.
Obiad	Zupa kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron 180g(6), mięso mielone w sosie pomidorowym z ziołami 150g(4,6,7), surówka z kapusty słodkiej z kukurydzą 120g(1,7), kompot 300g.	Zupa kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), makaron 180g(6), mięso mielone w sosie pomidorowym z ziołami 150g(4,6,7), surówka z jarzyn mieszanych 100g(2), kompot 300g.	Zupa kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron 180g(6), mięso mielone w sosie pomidorowym z ziołami 150g(4,6,7), surówka z jarzyn mieszanych 100g(2), kompot 300g.
Kolacja	Chleb 150g(6), masło 20g(2), kielbasa jałowcowa 60g(2,4,7), wątrobianka 60g (2,4,6,7), ogórek konserwowy, herbata 300g.	Chleb 150g(6), masło 20g(2), kielbasa jałowcowa 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 50g (2,4,6,7), ogórek świeży, herbata 300g.	Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), kielbasa jałowcowa 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 50g (2,4,6,7), jogurt naturalny 150g(2), ogórek świeży, herbata 300g.
Wartość odżywcza; Energia 2574 Kcal, Białko 91g (pochodzenia roślinnego 35g),Tłuszcz 84g, Węglowodany 377g, Sól 11g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			

28.01.2025	Dieta ogólna	Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Chleb 150g(6), masło 20g(2), twaróg 60g(2), polędwica miodowa 50g (2,4,7), marmolada 30g, jabłko, kakao 300g.	Chleb 150g(6), masło 20g(2), twaróg 60g(2), polędwica miodowa 50g (2,4,7), marmolada 30g, jabłko, kakao 300g.	Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), twaróg 60g(2), polędwica miodowa 50g (2,4,7), jabłko, herbata 250g.
Obiad	Kapuśniak z kapusty słodkiej 350g(4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, gołąbek pieczony bez zawijania w sosie pomidorowym 100g/150g(1,2,4,6,7), surówka z marchwi i jabłek 120g(2), kompot 300g.	Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), gołąbek pieczony bez zawijania w sosie pomidorowym 100g/150g(1,2,4,6,7), surówka z marchwi i jabłek 120g(2), kompot 300g.	Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), gołąbek pieczony bez zawijania w sosie pomidorowym 100g/150g(1,2,4,6,7), surówka z marchwi i jabłek 120g(2), kompot 300g.
Kolacja	Chleb 150g(6), masło 20g(2), paprykarz szczeciński 50g(3,7), rolada z boczku 80g(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), wędlina krakowska 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), wędlina krakowska 60g(2,4,7), ogórek świeży, jogurt naturalny 150g(2), herbata 300g.
Wartość odżywcza; Energia 2488 Kcal, Białko 80g (pochodzenia roślinnego 31,5g),Tłuszcz 93,5g, Węglowodany 323g, Sól 15,8g			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			

29.01.2025	Dieta ogólna	Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki owsiane na mleku 300g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,4,7), jabłko, herbata 300g.	Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki owsiane na mleku 300g, szynka konserwowa 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,4,7), jabłko, herbata 300g.	Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 25g(2,4,7), jabłko, herbata 300g.
Obiad	Barszcz ukraiński ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza gryczana na sypko 180g(2), gulasz z karkówki duszony w sosie z warzywami 150g (4,6,7), surówka z ogórka kiszzonego z papryka 120g(1,7), kompot 300g.	Barszcz czerwony ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza gryczana na sypko 180g(2), gulasz z karkówki duszony w sosie z warzywami 150g (4,6,7), sałata lodowa z oliwą 100g, kompot 300g.	Barszcz czerwony ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza gryczana na sypko 180g(2), gulasz z karkówki duszony w sosie z warzywami 150g (4,6,7), sałata lodowa z oliwą 100g, kompot 300g.
Kolacja	Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g (2,4,7), jajko 60g (1), mandarynka, babka piaskowa 60g(1,2,6), herbata 300g.	Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g (2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), mandarynka, babka piaskowa 60g(1,2,6), herbata 300g.	Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica sopocka 60g (2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), mandarynka, herbata 300g.
Wartość odżywcza; Energia 2497,7 Kcal, Białko 87,6g (pochodzenia roślinnego 31,3g),Tłuszcz 91,3g, Węglowodany 383,2g, Sól 10,9g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			

30.01.2025	Dieta ogólna	Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Chleb(6) 150g, masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2,6), wędlina żywiecka 60g, (2,4,7), ser topiony 17g(2), jabłko, herbata 250g.	Chleb 150g(6), masło 20g(2), ryż 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.
Obiad	Żurek z jajkiem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (1,2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, wątróbka drobiowa smażona 150g(2,6,7), surówka z kapusty kiszanej 120g, kompot 300g.	Żurek z jajkiem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (1,2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kurczak gotowany 100g, marchewka gotowana z groszkiem 120g(2,6,7), kompot 300g.	Żurek z jajkiem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (1,2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kurczak gotowany 100g, marchewka gotowana z groszkiem 120g(2,6,7), kompot 300g.
Kolacja	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), mandarynka, 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: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			

31.01.2025	Dieta ogólna	Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Chleb 150g(6), masło 20g(2), makaron 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), makaron 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.
Obiad	Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kotlet z ryby 100g(1,3,6,7), surówka z kapusty słodkiej z kukurydzą 120g(1,7), kompot 300g.	Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, ryba pieczona z warzywami 100g/60(3,4,7), sałata lodowa z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g.	Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, ryba pieczona z warzywami 100g/60(3,4,7), sałata lodowa z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g.
Kolacja	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 w/p wędzona 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), pomidor, herbata 300g.	Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka w/p wędzona 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g(2), pomidor, herbata 300g.
Wartość odżywcza; Energia 2447 Kcal, Białko 87,2g (pochodzenia roślinnego 35,2g), Tłuszcz 68,4g, Węglowodany 383,2g, Sól 11,9g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			

01.02.2025	Dieta ogólna	Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Chleb 150g(6), masło 20g(2), ser żółty 60g(2), marmolada 40g, pomidor, kawa zbożowa 300g	Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica miodowa 60g,(2,4,6,7), marmolada 40g, pomidor, kawa zbożowa 300g(2,6).	Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica miodowa 60g(2,4, 7), serek kanapkowy 40g(2), pomidor, herbata 300g.
Obiad	Zupa grochowa z boczkiem wędzonym 350g(4,6,7), makaron z twarogiem polany tłuszczem ze skwarkami 300g (2,6), kompot 300g.	Kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron z twarogiem polany masłem 300g(2,6), kompot 300g.	Kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron z twarogiem polany masłem 300g(2,6), kompot 300g.
Kolacja	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), serek kanapkowy 30g(2), 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, jogurt naturalny 150g(2), herbata 300g.
Wartość odżywcza; Energia 2494 Kcal, Białko 80g (pochodzenia roślinnego 35g),Tłuszcz 85,5g, Węglowodany 363g, Sól 11,6g.			
Alergeny: jaja(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).			

02.02.2025	Dieta ogólna	Dieta podstawowa	Dieta cukrzycowa
Śniadanie	Chleb 150g(6), masło 20g(2), wędlina szynkowa 60g(2,4,7), pasztet pieczony 60g(2,4,6,7), banan, herbata 300g.	Chleb 150g(6), masło 20g(2), wędlina szynkowa 60g(2,4,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), banan, herbata 300g.	Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina szynkowa 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), pomidor, herbata 300g.
Obiad	Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), ryż na sypko 180g((2), bioderko drobiowe gotowane w sosie ze szpinakiem 1szt./120g(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), bioderko drobiowe gotowane w sosie ze szpinakiem 1szt./120g (2,4,6,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g.	Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), ryż na sypko 180g((2),, pałka drobiowa gotowana w sosie ze szpinakiem 1szt./120g(2,4,6,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g.
Kolacja	Chleb 150g(6), masło 20g(2), metka bawarska 60g(2,4,7), baleron 60g(2,4,7), ogórek świeży , herbata 300g	Chleb 150g(6), masło 20g(2), parówka drobiowa 60g(2,4,7), baleron 60g(2,4,7,,), ogórek świeży, herbata 300g.	Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), parówka drobiowa 60g(2,4,7), 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).			