

21.10.2025 wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo-trzustkowa
Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7)	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7)	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7)	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7)	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7)
Zupa mleczna z makaronem 300 ml (1, 7)	Zupa mleczna z makaronem 300 ml (1, 7)		Zupa mleczna z makaronem 300 ml (1, 7)	Zupa mleczna z makaronem 300 ml (1, 7)
Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1)	Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1)	Pieczywo razowe 110 g (1)	Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1)	Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1)
Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)
Jajko gotow. 1szt. (3)	Jajko gotow. 1szt. (3)	Jajko gotow. 1szt. (3)	Jajko gotow. 1szt. (3)	Pasta z biał. Jaja 70 g (3)
Majonez 20g				
Salatka z ogórka kiszzonego z cebulą 70g	Salatka z pomidora 70g	Salatka z pomidora 70g	Salatka z pomidora 70g	Pomidor b/z sk70 g
Twaróg 50g (7)	Twaróg 50g (7)	Twaróg 50g (7)	Twaróg 50g (7)	Twaróg 50g (7)

II śniadanie cukrzyca: gruszka 1 szt

Obiad

Krupnik z kaszą jaglaną 300 ml (9)	Krupnik z kaszą jaglaną 300 ml (9)	Krupnik z kaszą jaglaną 300 ml (9)	Krupnik z kaszą jaglaną 300 ml (9)	Krupnik z kaszą jaglaną 300 ml (9)
Sztuka mięsa duszona 130 g	Sztuka mięsa duszona 130 g	Sztuka mięsa duszona 130 g	Sztuka mięsa duszona 130 g	Sztuka mięsa duszona 130 g
Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1,7,9,10)	Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1,7,9,10)	Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1,7,9,10)	Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1,7,9,10)	Sos pieczeniowy jasny 100 ml (1,7,9,10)
Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g
Buraczki gotowane wiórki 200 g	Buraczki gotowane wiórki 200 g	Buraczki gotowane wiórki 200 g	Buraczki gotowane wiórki 200 g	Buraczki gotowane wiórki 200 g
		Szpinak gotowany 200 g		
Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml

Podwieczorek cukrzyca: biszkopty bez dodatku cukru 30 g (1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 250ml	Herbata 250ml	Herbata 250ml	Herbata 250ml	Herbata 250ml
Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1)	Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1)	Pieczywo razowe 110 g (1)	Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1)	Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1)
Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)
Ser żółty 50g (7)	Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9)	Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9)	Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9)	Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9)
Papryka konserwowa 70 g (10,12)	Pomidor 70 g	Papryka konserwowa 70 g (10,12)	Pomidor 70 g	Pomidor b/z sk70 g
Rukola 30 g	Rukola 30 g	Rukola 30 g	Rukola 30 g	Rukola 30 g

II kolacja: twarożek owocowy 100 g (7), cukrzyca: twarożek waniliowy 100 g (7)

DIETETYK

mgr Łukasz Blachowski

22.10.2025 środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo-trzustkowa
Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Mix sałat 30 g	Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Mix sałat 30 g	Kawa rozpuszczalna 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Mix sałat 30 g	Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Mix sałat 30 g	Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Mix sałat 30 g

II śniadanie cukrzyca: pomarańcza 1 szt

Obiad

Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (9,12) Kotlet mielony smażony 130 g (1, 3) Sos mleczny 100 ml (7) Ziemniaki 250g Brokuł gotowany 200g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (9,12) Pulpet duszony 130 g (1, 3) Sos mleczny 100 ml (7) Ziemniaki 250g Brokuł gotowany 200g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (9,12) Pulpet duszony 130 g (1, 3) Sos mleczny 100 ml (7) Ziemniaki 250g Brokuł gotowany 200g jabłko pieczone 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (9,12) Pulpet duszony 130 g (1, 3) Sos mleczny 100 ml (7) Ziemniaki 250g Brokuł gotowany 200g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (9,12) Pulpet duszony 130 g (1, 3) Sos mleczny 100 ml (7) Ziemniaki 250g Marchew gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml
--	--	---	--	--

Podwieczorek cukrzyca: wafle ryżowe 30 g (1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Paszтет zapiekany 70 g (1, 3, 7, 9) Ogórek konserwowy 70 g Rukola 20 g	Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z pomidora 70g Rukola 20 g	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z pomidora 70g Rukola 20 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z pomidora 70g Rukola 20 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Rukola 20 g
---	---	--	---	---

II kolacja: kisiel 150 g , cukrzyca: kisiel bez cukru 150 g

DIETETYK

mgr *Lukasz Blachowski*

23.10.2025

czwartek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Herbata 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z soczewicy czerwonej 80g (9) Pomidor 50g Szynka dr. 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z soczewicy czerwonej 80g (9) Pomidor 50g Szynka dr. 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z soczewicy czerwonej 80g (9) Pomidor 50g Szynka dr. 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z soczewicy czerwonej 80g (9) Pomidor 50g Szynka dr. 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Twaróg 70 g (7) Pomidor b/z sk70 g Szynka dr. 30 g (1, 6, 7, 9)

II śniadanie cukrzyca: kiwi 1 szt

Obiad

Zupa kalafiorowa 300 ml (9) Filet kurczaka duszony 130g Sos naturalny 100 ml (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Surówka z kapusty 150 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml (9) Filet kurczaka duszony 130g Sos naturalny 100 ml (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Bukiet warzyw 200g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml (9) Filet kurczaka duszony 130g Sos naturalny 100 ml (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Surówka z kapusty 150 g (12) Bukiet warzyw 200g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml (9) Filet kurczaka duszony 130g Sos naturalny 100 ml (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Bukiet warzyw 200g Kompot owocowy 250 ml	Ziemniaczana 300 ml (9) Filet kurczaka gotowany 130g Sos naturalny 100 ml (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Buraczki gotowane wiórki 200 g Kompot owocowy 250 ml
---	--	--	--	---

II śniadanie cukrzyca: mus jabłkowy 100g

Kolacja

Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka krakowska parzona 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka krakowska parzona 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka krakowska parzona 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka krakowska parzona 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 20 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka krakowska parzona 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Mix sałat 20 g
--	---	---	---	---

II kolacja: budyń 150 g (7), cukrzyca: budyń bez cukru 150 g(7)

DIETETYK

mgr Łukasz Blachowski

24.10.2025

piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo-trzustkowa
Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta selerowa z jajkiem 100 g (3,9) Pomidor 70g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta selerowa z jajkiem 100 g (3,9) Pomidor 70g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta selerowa z jajkiem 100 g (3,9) Pomidor 70g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta selerowa z jajkiem 100 g (3,9) Pomidor 70g Rukola 20 g	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7) Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta selerowa 100 g (9) Pomidor b/z sk70 g Rukola 20 g

II śniadanie cukrzyca: nektarynka 1 szt

Obiad

Zupa dyniowa z kluseczkami 300 ml (1, 3, 7, 9) Gzik poznański 200 g (7) Ziemniaki 250g Jabłko 1 szt. Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z kluseczkami 300 ml (1, 3, 7, 9) Gzik poznański 200 g(7) Ziemniaki 250g Jabłko 1 szt. Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z kluseczkami 300 ml (1, 3, 7, 9) Gzik poznański 200 g(7) Ziemniaki 250g Jabłko 1 szt. Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z kluseczkami 300 ml (1, 3, 7, 9) Gzik poznański 200 g(7) Ziemniaki 250g Jabłko 1 szt. Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z kluseczkami 300 ml (1, 3, 7, 9) Gzik poznański 200 g(7) Ziemniaki 250g Jabłko 1 szt. Kompot owocowy 250 ml
--	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzyca: galaretka150ml

Kolacja

Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta rybna 80g (4, 9) Ogórek konserwowy 70 g(10,12) Mix sałat 30 g	Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta rybna 80g (4, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 30 g	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta rybna 80g (4, 9) Ogórek konserwowy 70 g(10,12) Mix sałat 30 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta rybna 80g (4, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 30 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta rybna 80g (4, 9) Pomidor b/z sk70 g Mix sałat 30 g
--	---	---	---	---

II kolacja: banan 1 szt., cukrzyca: pomarańcza 1 szt.

DIETETYK

mgr Łukasz Blachowski

25.10.2025

sobota

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka sopocka 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Roszponka 30 g	Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka sopocka 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Roszponka 30 g	Kawa rozpuszczalna 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka sopocka 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Roszponka 30 g	Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka sopocka 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Roszponka 30 g	Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka sopocka 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Roszponka 30 g

II śniadanie cukrzyca: sok jabłkowy 200ml

Obiad

Zupa z cukinii 300 ml (9) Sos boloński z marchewką 250 g (9) Makaron gotowany 200 g (1) Kompot owocowy 250 ml	Zupa z cukinii 300 ml (9) Sos boloński z marchewką 250 g (9) Makaron gotowany 200 g (1) Kompot owocowy 250 ml	Zupa z cukinii 300 ml (9) Sos boloński z marchewką 250 g (9) Makaron razowy gotowany 200 g (1) Surówka z czerwonej kapusty 200g(12) Kompot owocowy 250 ml	Zupa z cukinii 300 ml (9) Sos boloński z marchewką 250 g (9) Makaron gotowany 200 g (1) Kompot owocowy 250 ml	Zupa z cukinii 300 ml (9) Sos boloński z marchewką 250 g (9) Makaron gotowany 200 g (1) Kompot owocowy 250 ml
--	--	---	--	--

II śniadanie cukrzyca: ciastka „Fit” bez dodatku cukru 50 g (1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka wieprzowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek 70 g Rukola 30 g	Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka wieprzowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 30 g	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka wieprzowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek 70 g Rukola 30 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka wieprzowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 30 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Rukola 30 g
---	--	--	--	---

II kolacja: sok pomidorowy 200ml (9,10)

DIETETYK

mgr Łukasz Blachowski

26.10.2025

niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo-trzustkowa
Kakao na mleku 250ml (7) Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Parówka 70 g (1, 3, 6, 7, 9, 10) Papryka konserwowa 70 g Ketchup 20 g (9)	Kakao na mleku 250ml (7) Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Parówka 70 g (1, 3, 6, 7, 9, 10) Pomidor 70g Ketchup 20 g (9)	Kakao na mleku 250ml (7) Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Parówka 70 g (1, 3, 6, 7, 9, 10) Papryka konserwowa 70 g Ketchup 20 g (9)	Kakao na mleku 250ml (7) Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szyńka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70g Twaróg 50g (7)	Kakao na mleku 250ml (7) Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szyńka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Twaróg 50g (7)

II śniadanie cukrzyca: jabłko 1 szt

Obiad

Rosół z makaronem 300 ml (1, 9) Udko z kurczaka duszone 130 g Sos mleczny (7) Ryż 200g Groszek zielony 200g. Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml (1, 9) Udko z kurczaka duszone 130 g Sos mleczny (7) Ryż 200g Buraczki gotowane wiórki 200 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół czysty 300 ml (9) Udko z kurczaka duszone 130 g Sos mleczny (7) Ryż brązowy 200g Buraczki gotowane wiórki 200 g Pomarańcza 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml (1, 9) Udko z kurczaka duszone 130 g Sos mleczny (7) Ryż 200g Buraczki gotowane wiórki 200 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml (1, 9) Udko z kurczaka duszone 130 g Sos mleczny (7) Ryż 200g Buraczki gotowane wiórki 200 g Kompot owocowy 250 ml
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzyca: serek grani 100g (7)

Kolacja

Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z brokułami 80 g Pomidor 70 g Szyńka 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z brokułami 80 g Pomidor 70 g Szyńka 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z brokułami 80 g Pomidor 70 g Szyńka 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z brokułami 80 g Pomidor 70 g Szyńka 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szyńka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Dżem 30g
---	---	--	---	--

II kolacja: galaretka 150ml, cukrzyca: mus owocowy 100gr

DIETETYK

mgr *Lukasz Blachowski*

27.10.2025
poniedziałek
Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Herbata 250ml Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Twaróg 70g (7) Pomidor 70g Mus jabłkowy 30 g	Herbata 250ml Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Twaróg 70g (7) Pomidor 70g Mus jabłkowy 30 g	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Twaróg 70g (7) Pomidor 70g Mus jabłkowy 30 g	Herbata 250ml Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Twaróg 70g (7) Pomidor 70g Mus jabłkowy 30 g	Herbata 250ml Zupa mleczna z lanym ciastem 300 ml (1, 3, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Twaróg 70g (7) Pomidor b/z sk70 g Mus jabłkowy 30 g

II śniadanie cukrzyca: sok warzywny 200ml(9,10)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml(9,10) Gulasz wieprzowy 130/100 g (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Szpinak gotowany 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa ryżem 300 ml(9,10) Gulasz wieprzowy 130/100 g (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Szpinak gotowany 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa ryżem 300 ml(9,10) Gulasz wieprzowy 130/100 g (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Szpinak gotowany 200 g Surówka wielowarzywna150g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa ryżem 300 ml(9,10) Gulasz wieprzowy 130/100 g (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Szpinak gotowany 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa ryżem 300 ml(9,10) Gulasz drobiowy 130/100 g (1,7,9,10) Ziemniaki 250g Szpinak gotowany 200 g Kompot owocowy 250 ml
--	--	---	--	---

Podwieczorek cukrzyca: twaróg waniliowy (7)

Kolacja

Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Ser topiony 50 g (7) Ogórek 70 g Rukola 30 g	Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka kanapkowa schabowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 30 g	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka kanapkowa schabowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek 70 g Rukola 30 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka kanapkowa schabowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 30 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka kanapkowa schabowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Rukola 30 g
---	---	---	---	---

II kolacja: jogurt owocowy 100 ml (7), cukrzyca: jogurt naturalny 100 ml (7)

DIETETYK

mgr Łukasz Blachowski

28.10.2025

wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7)	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7)	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7)	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7)	Kawa rozpuszczalna z mlekiem 250 ml (7)
Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (1, 7)	Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (1, 7)		Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (1, 7)	Zupa mleczna z kaszą manną 300 ml (1, 7)
Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1)	Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1)	Pieczywo razowe 110 g (1)	Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1)	Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1)
Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)
Jajko gotow. 1szt. (3)	Jajko gotow. 1szt. (3)	Jajko gotow. 1szt. (3)	Jajko gotow. 1szt. (3)	Pasta z biał. Jaja 70 g (3)
Salatka z mixem sałat i pomidorem 100g	Salatka z mixem sałat i pomidorem 100g	Salatka z mixem sałat i pomidorem 100g	Salatka z mixem sałat i pomidorem 100g	Pomidor b/z sk70 g
Majonez 20g (3,10)				Mix sałat 30 g

II śniadanie cukrzyca: wafle ryżowe 30 g (1, 3, 7)

Obiad

Zupa pieczarkowa 300 ml (6, 7, 9)	Zupa ziemniaczana 300 ml (9)	Zupa ziemniaczana 300 ml (9)	Zupa ziemniaczana 300 ml (9)	Zupa ziemniaczana 300 ml (9)
Pieczeń rzymska 130 g (1,3)	Pieczeń rzymska 130 g(1,3)	Pieczeń rzymska 130 g(1,3)	Pieczeń rzymska 130 g(1,3)	Pieczeń rzymska 130 g(1,3)
Sos jasny 100 ml (1,7,9,10)	Sos jasny 100 ml (1,7,9,10)	Sos jasny 100 ml (1,7,9,10)	Sos jasny 100 ml (1,7,9,10)	Sos jasny 100 ml (1,7,9,10)
Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g
Buraczki gotowane 200 g	Buraczki gotowane 200 g	Buraczki gotowane 200 g	Buraczki gotowane 200 g	Buraczki gotowane 200 g
		Surówka z kapusty 150g		
Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml

Podwieczerek cukrzyca: biszkopty 30 g (1, 3, 7)

Kolacja

Herbata 250ml	Herbata 250ml	Herbata 250ml	Herbata 250ml	Herbata 250ml
Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1)	Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1)	Pieczywo razowe 110 g (1)	Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1)	Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1)
Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)	Masło 15 g (7)
Pasztet zapiekany 70 g (1, 3, 7, 9)	Filet zapiekany - wędlina 50 g (1, 6, 7, 9)	Filet zapiekany - wędlina 50 g (1, 6, 7, 9)	Filet zapiekany - wędlina 50 g (1, 6, 7, 9)	Filet zapiekany - wędlina 50 g (1, 6, 7, 9)
Ogórek konserwowy 70 g	Pomidor 70 g	Pomidor 70 g	Pomidor 70 g	Pomidor b/z sk70 g
Rukola 30 g	Rukola 30 g	Rukola 30 g	Rukola 30 g	Rukola 30 g

II kolacja: jabłko 1 szt.

mgr Łukasz Blachowski

29.10.2025

środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka wieprzowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z pomidora i rukoli z pestkami 100 g	Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka wieprzowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z pomidora i rukoli 100g	Kawa rozpuszczalna 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka wieprzowa 50 g (1, 6, 7, 9) Sałatka z pomidora i rukoli z pestkami 100 g	Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka wieprzowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70g	Kawa rozpuszczalna 250ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Dżem 30g

II śniadanie cukrzyca: kisiel 150ml

Obiad

Zupa z brokułami 300 ml (9) Leczo mięsno-warzywne 250 g (9) Ryż gotowany 250g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z brokułami 300 ml (9) Leczo mięsno-warzywne 250 g (9) Ryż gotowany 250g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z brokułami 300 ml (9) Leczo mięsno-warzywne 250 g (9) Ryż brązowy gotowany 250g Surówka z białej kapusty 150g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z brokułami 300 ml (9) Leczo mięsno-warzywne 250 g (9) Ryż gotowany 250g Kompot owocowy 250 ml	Zupa marchewkowa 300 ml (9) Leczo mięsno-warzywne 250 g (9) Ryż gotowany 250g Kompot owocowy 250 ml
--	--	---	--	--

Podwieczerek cukrzyca: kanapka z masłem, wędliną drobiową, rukolą i papryką konserwową

Kolacja

Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Ser topiony 50g (7) Ogórek konserwowy 70 g Mix sałat 30 g	Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 30 g	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek konserwowy 70 g Mix sałat 30 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 70 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Mix sałat 30 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Mix sałat 30 g
--	--	---	--	--

II kolacja: sok warzywny 200 ml (9)

DIETETYK

mgr Łukasz Blachowski

30.10.2025

czwartek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Herbata 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka luksusowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Twaróg 50 g (7)	Herbata 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka luksusowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Twaróg 50 g(7)	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka luksusowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Twaróg 50 g(7)	Herbata 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka luksusowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 50g Twaróg 50 g(7)	Herbata 250ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300 ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka luksusowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Twaróg 50 g(7)

II śniadanie cukrzyca: pomarańcza 1 szt

Obiad

Zupa ziemniaczana z zacierką 300ml. (1,9,3 ,7)	Zupa ziemniaczana z zacierką 300ml. (1,9,3 ,7)	Zupa ziemniaczana z zacierką 300ml. (1,9,3 ,7)	Zupa ziemniaczana z zacierką 300ml. (1,9,3 ,7)	Zupa ziemniaczana z zacierką 300ml. (1,9,3 ,7)
Roladka drobiowa ze szpinakiem 130 g (1, 3, 7, 9)	Roladka drobiowa ze szpinakiem 130 g (1, 3, 7, 9)	Roladka drobiowa ze szpinakiem 130 g (1, 3, 7, 9)	Roladka drobiowa ze szpinakiem 130 g (1, 3, 7, 9)	Roladka drobiowa ze szpinakiem 130 g (1, 3, 7, 9)
Sos pomidorowy 100 ml (9)	Sos pomidorowy 100 ml (9))	Sos pomidorowy 100 ml (9)	Sos pomidorowy 100 ml (9)	Sos pomidorowy 100 ml (9)
Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g	Ziemniaki 250g
Bukiet warzyw 200g	Bukiet warzyw 200g	Bukiet warzyw 200g	Bukiet warzyw 200g	Marchew gotowana 200g
Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml	Gruszka 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml	Kompot owocowy 250 ml

Podwieczorek cukrzyca: mus z jabłka prażonego 100g

Kolacja

Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek kiszony 70 g(10,12) Rukola 30 g	Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 30 g	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Ogórek kiszony 70 g (10,12) Rukola 30 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor 70 g Rukola 30 g	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Rukola 30 g
---	---	---	---	---

II kolacja: twaróg waniliowy 100g (7)

DIETETYK

mgr Łukasz Blachowski

31.10.2025

piątek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowo trzustkowa
Kawa z mlekiem 250ml (7) Zupa mleczna z kluseczkami 300mlk (1, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta jajeczna 80 g (3) Papryka konserwowa 70 g(9,10,12) Dżem 30g	Kawa z mlekiem 250ml (7) Zupa mleczna z kluseczkami 300mlk (1, 7) Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta jajeczna 80 g (3) Pomidor 70g Mix sałat 30 g	Kawa z mlekiem 250ml (7) Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta jajeczna 80 g (3) Papryka konserwowa 70 g(9,10,12) Mix sałat 30 g	Kawa z mlekiem 250ml (7) Zupa mleczna z kluseczkami 300mlk (1, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Twaróg 70g (7) Pomidor 70g Dżem 30g	Kawa z mlekiem 250ml (7) Zupa mleczna z kluseczkami 300mlk (1, 7) Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Twaróg 70g (7) Pomidor b/z sk70 g Dżem 30g

II śniadanie cukrzyca: kiwi 1 szt

Obiad

Zupa dyniowa z ryżem 300ml Ryba pieczona z ziołami 130 g Sos mleczny (7) Ziemniaki 250g Surówka z marchewki 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ryżem 300ml Ryba pieczona z ziołami 130 g Sos mleczny (7) Ziemniaki 250g Surówka z marchewki 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ryżem 300ml Ryba pieczona z ziołami 130 g Sos mleczny (7) Ziemniaki 250g Surówka z marchewki 200 g Pomarańcza 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ryżem 300ml Ryba pieczona z ziołami 130 g Sos mleczny (7) Ziemniaki 250g Surówka z marchewki 200 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ryżem 300ml Ryba gotowana z ziołami 130 g Sos mleczny (7) Ziemniaki 250g Marchew gotowana 200 g Kompot owocowy 250 ml
--	--	--	--	---

Podwieczorek cukrzyca: sok pomidorowy 200ml (9,10)

Kolacja

Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z brokułami 80 g Pomidor 70 g Ser żółty 30g (7)	Herbata 250ml Chleb baltonowski krojony/razowy 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z brokułami 80 g Pomidor 70 g Szynka 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Pieczywo razowe 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z brokułami 80 g Pomidor 70 g Szynka 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Pasta z brokułami 80 g Pomidor 70 g Szynka 30 g (1, 6, 7, 9)	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 110 g (1) Masło 15 g (7) Szynka drobiowa 50 g (1, 6, 7, 9) Pomidor b/z sk70 g Dżem 30g
--	---	--	---	--

II kolacja: kisiel 150ml

DIETETYK

mgr Łukasz Blachowski