

21.11.2025r. Piątek

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 50g. (7) Dżem 25g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 50g. (7) Dżem 25g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 50g. (7) Wędlina 25g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 50g. (7) Wędlina 25g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser biały 50g. (7) Dżem 25g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe- Owoc 1 szt.

Obiad

Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony rybny 130g. (1,3,4) Ziemniaki 250g. Surówka z kiszonej kapusty 150g. Kompot 250ml.	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony rybny gotowany 130g. (1,3,4) Sos cytrynowy 100ml. (1,7) Ziemniaki 250g. Jarzyny gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony rybny gotowany 130g. (1,3,4) Sos cytrynowy 100ml. (1,7) Ziemniaki 250g. Surówka z kiszonej kapusty 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa brokułowa 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony rybny gotowany 130g. (1,3,4) Sos cytrynowy 100ml. (1,7) Ziemniaki 250g. Jarzyny gotowane 200g. Kompot 250ml.	Zupa koperkowa 300ml. (1,7,9) Kotlet mielony rybny gotowany 130g. (1,3,4) Sos cytrynowy 100ml. (1,7) Ziemniaki 250g. Jarzyny gotowane 200g. Kompot 250ml.
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy- Sok pomidorowy 250ml. (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka z jaj z zieloną pietruszką 80g. (3) Ser żółty 30g. (7) Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka z jaj z zieloną pietruszką 80g. (3) Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka z jaj z zieloną pietruszką 80g. (3) Ser kanapkowy 20g. (7) Ogórek kiszony 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka z jaj z zieloną pietruszką 80g. (3) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.
---	--	---	---	---

II kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Diety lekkostrawne i cukrzycowa: jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2121.32 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 80.56 g; Węglowodany ogółem: 285.56 g; Witamina C: 151.21 mg; Wapń: 734.56 mg; Sól: 2321.57 mg; Żelazo: 10.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.28 g; Cholesterol: 285.56 mg; Błonnik pokarmowy: 24.36 g

22.11.2025r. 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) Ser żółty 50g. (7) Wędlina 20g. Sałata z papryką czerwona 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Ser fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Sałata z papryką czerwona 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 20g. (7) Wędlina 70g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser fromage 20g. (7) Wędlina 50g. Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe – Owoc 1 szt.

Obiad

Żurek z ziemniakami 300ml. (1,7,9) Ziemniaki 250g. Kaszanka na ciepło 70g. (1) Kapusta kiszona gotowana 150g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300ml. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Kapusta kiszona gotowana 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml. (1,3,7,9) Ziemniaki 250g. Gulasz drobiowy 130/100g. (1) Marchew gotowana 200g. Kompot 250ml.
---	---	---	---	---

Podwieczerek cukrzycowy – Marchewki pokrojone w słupki 80g.

Kolacja

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

II kolacja: Deser mleczny 150g. (1,3,7)

Cukrzyca: jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2171.14 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 80.49 g; Węglowodany ogółem: 75.81 g; Witamina C: 56.31 mg; Wapń: 893.83 mg; Sól: 1987.56 mg; Żelazo: 8.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.02 g; Cholesterol: 292.74 mg; Błonnik pokarmowy: 27.84 g

23.11.2025r. Niedziela

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna 80g. (3) Szynka gotowana 20g. Pomidor 80g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Pasta jajeczna b/z majonezu 80g. (3) Szynka gotowana 20g. Pomidor 80g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta jajeczna b/z majonezu 80g. (3) Szynka gotowana 20g. Pomidor 80g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta jajeczna b/z majonezu 80g. (3) Szynka gotowana 50g. Pomidor 80g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kluseczkami 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Twarożek 40g. (7) Szynka gotowana 30g. Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku z warzywami 130/100g. (1,9) Ryż 250g. Kompot 250ml	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku z warzywami 130/100g. (1,9) Ryż 250g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku z warzywami 130/100g. (1,9) Ryż brązowy 250g. Kompot b/cukru 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku z warzywami 130/100g. (1,9) Ryż 250g. Kompot 250ml.	Rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Kurczak po chińsku z warzywami 130/100g. (1,9) Ryż 250g. Kompot 250ml.
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc 1 szt.

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Salami wieprzowe 20g. Wędlina drobiowa 20g. Sałatka z buraka z rukolą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 40g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałatka z buraka z rukolą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 40g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałatka z buraka z rukolą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 70g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałatka z buraka z rukolą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Wędlina drobiowa 40g. Ser kanapkowy 20g. (7) Sałatka z buraka z rukolą 100g.
--	---	---	--	--

II Kolacja: Kaszka manna z sokiem 200ml. (1,7)

Cukrzyca: Serek homogenizowany naturalny 150g. (7)

24.11.2025r. Poniedziałek**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 twarogu ze śmietanką 50g. (7) Dżem 20g. Rzodkiewka 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta z twarogu ze śmietanką 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta z twarogu ze śmietanką 50g. (7) Wędlina 20g. Rzodkiewka 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta z twarogu ze śmietanką 50g. (7) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta z twarogu ze śmietanką 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.

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

Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,9) Leczo z mięsem i warzywami 130/100g. (1,9) Ryż gotowany 200g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,9) Leczo z mięsem i warzywami 130/100g. (1,9) Ryż gotowany 200g. Kompot 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,9) Leczo z mięsem i warzywami 130/100g. (1,9) Ryż brązowy gotowany 200g. Kompot b/z cukru 250ml	Zupa kalafiorowa 300ml. (1,3,9) Leczo z mięsem i warzywami 130/100g. (1,9) Ryż gotowany 200g. Kompot 250ml	Zupa szpinakowa 300ml. (1,3,9) Leczo z mięsem i warzywami 130/100g. (1,9) Ryż gotowany 200g. Kompot 250ml
---	---	---	---	--

Podwieczorek cukrzycowy – Owoc 1 szt.**Kolacja**

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Salceson biały z indyka 40g. Musztarda 10g. (10) Wędlina 20g. Ogórek świeży z koperkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Ogórek świeży z koperkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 70g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Szynka konserwowa 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.
--	---	---	--	--

II kolacja: Budyń z sokiem 200ml. (1,7)

Cukrzyca: budyń b/z cukru 200ml. (1,7)

Energia : 2180.77 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz: 81.27 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; Witamina C: 64.13 mg; Wapń: 996.22 mg; Sód: 2206.21 mg; Żelazo: 7.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Cholesterol: 139.41 mg; Błonnik pokarmowy: 22.01 g

25.11.2025r. Wtorek

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałata z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałata z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałata z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Serek kanapkowy 20g. (7) Sałata z pomidorem 100g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z kaszką manną 300ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 50g. Sałata z pomidorem b/z skórki 100g.

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

Obiad

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

Podwieczorek cukrzycowy – Sok pomidorowy 250ml. (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z brokułami 80g. (3) Ser biały 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z brokułami 80g. (3) Ser biały 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z brokułami 80g. (3) Ser biały 20g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa z brokułami 80g. (3) Ser biały 40g. (7) Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Pasta drobiowa 80g. (3) Ser biały 20g. (7) Pomidor 70g.
---	---	---	--	--

II kolacja: Galaretka z owocem 150g. (7)

Dieta cukrzycowa: Galaretka z owocem b/z cukru 150g. (7)

Energia : 2129.54 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 78.89 g; Węglowodany ogółem: 320.02 g; Witamina C: 54.13 mg; Wapń: 882.15 mg; Sód: 2472.56 mg; Żelazo: 9.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.03 g; Cholesterol: 318.44 mg; Błonnik pokarmowy: 14.41 g

26.11.2025r. Środa

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser camembert 20g. (7) Dżem 20g. Rzodkiewka 70.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Wędlina 20g. Rzodkiewka 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Wędlina 20g. Dżem 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Zupa mleczna z makaronem 300ml. (1,3,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser biały 50g. (7) Dżem 20g. Pomidor b/z skórki

II śniadanie cukrzycowe – owoc 1 szt.

Obiad

Zupa pieczarkowa z ryżem 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie chrzanowym 130/100g. (1,3,7,9) Kasza jęczmienna 250g. Buraki z jabłkiem 150g.	Zupa szpinakowa 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie koperkowym 130/100g. (1,3,7,9) Kasza jęczmienna 250g. Buraki gotowane 150g.	Zupa pieczarkowa z ryżem brązowym 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie chrzanowym 130/100g. (1,3,7,9) Kasza pęczak 250g. Buraki z jabłkiem 150g.	Zupa szpinakowa 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie koperkowym 130/100g. (1,3,7,9) Kasza jęczmienna 250g. Buraki gotowane 150g.	Zupa szpinakowa z ryżem 300ml. (7,9) Pulpety gotowane w sosie koperkowym 130/100g. (1,3,7,9) Kasza jęczmienna 250g. Buraki gotowane 150g.
Kompot 250ml	Kompot 250ml	Kompot b/z cukru 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml

Podwieczerek cukrzycowy- Sok warzywny 200ml (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 20g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 20g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 20g. Pomidor ze szczypiorkiem 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Serdelek na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 50g. Pomidor 70g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Parówka drobiowa na ciepło 70g. Ketchup 10g. (9) Wędlina 20g. Pomidor b/z skórki 70g.
--	---	--	--	---

II kolacja: Kisiel z owocami 150g. (1,3,7)

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

Energia : 2122.2 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; Tłuszcz: 83.13 g; Węglowodany ogółem: 278.68 g; Witamina C: 85.62 mg; Wapń: 823.97 mg; Sód: 2151.96 mg; Żelazo: 10.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.18 g; Cholesterol: 231.72 mg; Błonnik pokarmowy: 25.26g;

27.11.2025r. 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) Wędlina 50g. Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Jajko gotowane 1 szt. (3) Pomidor 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

II śniadanie cukrzycowe- Serek wiejski ze szczypiorkiem 150g. (7)

Obiad

Zupa z soczewicy 300ml. (9) Kotlet schabowy 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9)	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Schab duszony 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g.	Zupa z soczewicy 300ml. (9) Schab duszony 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Surówka z selera 150g. (9)	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Schab duszony 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g.	Zupa grysikowa 300ml. (1,7,9) Schab duszony 130g. (1,3) Ziemniaki 250g. Marchew gotowana 150g.
Kompot 250ml.	Kompot 250ml	Kompot b/z cukru 250ml	Kompot 250ml	Kompot 250ml

Podwieczerek cukrzycowy – Sok pomidorowy 250ml. (9)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z buraczków z rukolą i kukurydzą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z buraczków z rukolą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z buraczków z rukolą i kukurydzą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Sałatka z buraczków z rukolą 100g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 50g. Sałatka z buraczków z rukolą 100g.
--	--	--	---	---

II kolacja: Deser mleczny 150g. (1,3,7)

Dieta cukrzycowa: Owoc 1 szt.

Energia : 2171.14 kcal; Białko ogółem: 90.01 g; Tłuszcz: 94.49 g; Węglowodany ogółem: 266.81 g; Witamina C: 56.31 mg; Wapń: 593.83 mg; Sód: 2418.25 mg; Żelazo: 15.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.2 g; Cholesterol: 291.74 mg; Błonnik pokarmowy: 22.84 g.

28.11.2025r. Piątek

Śniadanie

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

II śniadanie cukrzycowe – pieczywo żytnie chrupkie z pastą warzywną (1)

Obiad

Barszcz ukraiński 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml.	Krupnik 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml.	Barszcz ukraiński 300ml. (1,7,9) Risotto (ryż brązowy) z mięsem i warzywami 400g. (1,9) Kompot b/z cukru 250ml.	Krupnik 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml.	Krupnik 300ml. (1,7,9) Pierogi leniwe z masłem 400g. (1,3,7) Marchewka gotowana 200g. Kompot 250ml
---	---	---	---	---

Podwieczorek cukrzycowy- Jogurt naturalny 150g. (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 40g. (4,9) Sałata lodowa z serem fetą i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 40g. (4,9) Sałata lodowa z serem twarogowym i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 40g. (4,9) Sałata lodowa z serem twarogowym i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 40g. (4,9) Sałata lodowa z serem twarogowym i pomidorkami koktajlowymi 100g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g (1) Masło 15g. (7) Pasta rybna z warzywami 40g. (4,9) Sałata lodowa z serem twarogowym i pomidorkami b/z skórki 100g. (7)
---	---	---	--	--

II kolacja: Sałatka ziemniaczana z zieloną pietruszką 100g. (3,9)

Energia : 2229.54 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 88.89 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; Witamina C: 53.13 mg; Wapń: 882.15 mg; Sód: 2675.56 mg; Żelazo: 15.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.03 g; Cholesterol: 432.44 mg; Błonnik pokarmowy: 18.41 g

29.11.2025r. 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) Paszтет zapiekany 40g. Wędlina 20g. Papryka świeża 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 40g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 40g. Papryka świeża 70g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 60g. Sałata 30g.	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml. (1,7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Ser kanapkowy 20g. (7) Wędlina 40g. Sałata 30g.

II śniadanie cukrzycowe – Owoc 1 szt.

Obiad

Zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką 300ml. (1,7,9) Udko duszone 150g. (1) Ziemniaki gotowane 250g. Surówka z marchewki i jabłka 150g. Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką 300ml. (1,7,9) Udko duszone 150g. (1) Ziemniaki gotowane 250g. Surówka z marchewki 150g. Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką 300ml. (1,7,9) Udko duszone 150g. (1) Ziemniaki gotowane 250g. Surówka z marchewki i jabłka 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką 300ml. (1,7,9) Udko duszone 150g. (1) Ziemniaki gotowane 250g. Surówka z marchewki i jabłka 150g. Kompot 250ml.	Zupa ziemniaczana z zieloną pietruszką 300ml. (1,7,9) Udko duszone 150g. (1) Ziemniaki gotowane 250g. Marchew gotowana 150g. Kompot 250ml.
--	---	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Jogurt naturalny 150g. (7)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Wędlina 40g. Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Sałata lodowa z serem feta 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 40g. Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Sałata lodowa z serem feta 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 40g. Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Sałata lodowa z serem feta 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 70g. Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Sałata lodowa z serem feta 70g. (7)	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g.(1) Masło 15g.(7) Wędlina 40g. Parówka drobiowa 70g. Ketchup 10g. (9) Sałata lodowa z pomidorkami b/z skórki 70g. (7)
--	---	---	--	--

II kolacja: Sałatka warzywna 150g. (3,9)

Energia : 2171.14 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 94.49 g; Węglowodany ogółem: 266.81 g; Witamina C: 56.31 mg; Wapń: 593.83 mg; Sód: 3418.25 mg; Żelazo: 8.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.02 g; Cholesterol: 392.74 mg; Błonnik pokarmowy: 17.84 g

Śniadanie

Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato białkowa	Dieta Wątrobową
Kakao 250ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 40g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Kakao 250ml. (7) Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 40g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Kakao 250ml. (7) Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 40g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Kakao 250ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 70g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor 70g.	Kakao 250ml. (7) Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g.(7) Szynka gotowana 40g. Ser kanapkowy 20g. (7) Pomidor b/z skórki 70g.

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

Obiad

Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Łopatka duszona 130g. (1) Kasza gotowana 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Łopatka duszona 130g. (1) Kasza gotowana 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Łopatka duszona 130g. (1) Kasza gotowana 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g. Kompot b/z cukru 250ml.	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Łopatka duszona 130g. (1) Kasza gotowana 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml.	Zupa rosolnik z zieloną pietruszką 300ml. (9) Łopatka duszona 130g. (1) Kasza gotowana 200g. (1) Buraki z jabłkiem 150g. Kompot 250ml.
---	--	--	--	--

Podwieczorek cukrzycowy – Pieczywo żytnie pastą warzywną 30g. (1,3)

Kolacja

Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką i kukurydzą 70g. (1,3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo mieszane 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką 70g. (1,3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo razowe 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką i kukurydzą 70g. (1,3) Wędlina 50g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką 70g. (1,3) Wędlina 70g. Sałata 30g.	Herbata 250ml. Pieczywo pszenne 110g. (1) Masło 15g. (7) Sałatka makaronowa z szynką 70g. (1,3) Wędlina 50g. Sałata 30g.
--	--	--	---	---

II Kolacja: Jogurt owocowy 150g. (7)

Cukrzyca: Jogurt naturalny 150g. (7)

Energia : 2122.2 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz: 93.13 g; Węglowodany ogółem: 260.68 g; Witamina C: 85.62 mg; Wapń: 823.97 mg; Sód: 2851.96 mg; Żelazo: 10.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.18 g; Cholesterol: 231.72 mg; Błonnik pokarmowy: 20.26