|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| POSIŁEK 06.05.2024 | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA CUKRZYCOWA |
| ŚNIADANIE | Pieczywo mieszane, ser twarogowy, wędlina, kolorowe warzywa A: 1,6,7,9 | Pieczywo mieszane, ser twarogowy, wędlina, kolorowe warzywa A: 1,6,7,9 | Pieczywo mieszane, ser twarogowy, wędlina, kolorowe warzywa A: 1,6,7,9 |
| II ŚNIADANIE | Biały barszcz z makaronemA: 1,3,7,9 | Krupnik z ziemniakamiA: 1,7,9 | Krupnik z ziemniakamiA: 1,7,9 |
| OBIAD | Pulpet w sosie koperkowym z ryżem, surówka z marchewki i jabłkaA: 1,3 | Klops gotowany z warzywami, kasz jęczmiennaA: 1,3,9 | Klops gotowany z warzywami, kasz jęczmiennaA: 1,3,9 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, sałatka z szynki, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z szynki, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z szynki, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,6,7,9,10 |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Energia: 2006kcal Białko: 91,19 g Tłuszcz: 60,59g w tym kw.tłu.nasyc.:10,57 g Węglowodany:287,16 g Błonnik- 28,5g Sól – 5,93 | Energia: 2006kcal Białko: 91,19 g Tłuszcz: 60,59g w tym kw.tłu.nasyc.:10,57 g Węglowodany:287,16 g Błonnik- 28,5g Sól – 5,93 | Energia: 2006kcal Białko: 91,19 g Tłuszcz: 60,59g w tym kw.tłu.nasyc.:10,57 g Węglowodany:287,16 g Błonnik- 28,5g Sól – 5,93 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| POSIŁEK 07.05.2024 | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA CUKRZYCOWA |
| ŚNIADANIE | Pieczywo mieszane, jajo na miękko, wędlina, ser topiony, kolorowe warzywaA:1,3,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajo na miękko, wędlina, ser topiony, kolorowe warzywaA:1,3,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajo na miękko, wędlina, ser topiony, kolorowe warzywaA:1,3,6,9,10 |
| II ŚNIADANIE | Żurek z ziemniakamiA: 1,3,7 | Żurek z ziemniakamiA: 1,3,7 | Żurek z ziemniakamiA: 1,3,7 |
| OBIAD | Filet panierowany, ziemniaki z koperkiem, ogórek zielonyA; 1,3 | Filet z kurczaka z warzywami na parze, ryżA: 1,9 | Filet z kurczaka z warzywami na parze, ryżA: 1,9 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, sałatka z tuńczyka, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,4,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z tuńczyka, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,4,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z tuńczyka, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,4,6,7,9,10 |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Energia: 2001kcal Białko: 89,93g Tłuszcz: 60,83g w tym kw.tłu.nasyc.:16,83g Węglowodany: 270,98gBłonnik- 29,65g Sól – 4,73 | Energia: 2001kcal Białko: 89,93g Tłuszcz: 60,83g w tym kw.tłu.nasyc.:16,83g Węglowodany: 270,98gBłonnik- 29,65g Sól – 4,73 | Energia: 2001kcal Białko: 89,93g Tłuszcz: 60,83g w tym kw.tłu.nasyc.:16,83g Węglowodany: 270,98gBłonnik- 29,65g Sól – 4,73 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| POSIŁEK 08.05.2024 | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA CUKRZYCOWA |
| ŚNIADANIE | Pieczywo mieszane, ser twarogowy, wędlina, kolorowe warzywa A: 1,3,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, ser twarogowy, wędlina, kolorowe warzywa A: 1,3,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, ser twarogowy, wędlina, kolorowe warzywa A: 1,3,6,7,9,10 |
| II ŚNIADANIE | Barszcz ukraiński z ziemniakamiA: 1,3,7,9 | Barszcz ukraiński z ziemniakamiA: 1,3,7,9 | Barszcz ukraiński z ziemniakamiA: 1,3,7,9 |
| OBIAD | Penne z kurczakiem w sosie śmietanowo serowymA: 1,3,7 | Penne z kurczakiem w sosie A: 1,3,7 | Penne z kurczakiem w sosie A: 1,3,7 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, ser żółty, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, ser żółty, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, ser żółty, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,6,7,9,10 |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Energia: 2038kcal Białko: 99,38g Tłuszcz: 65,4g w tym kw.tłu.nasyc.: 16,87g Węglowodany: 276,11gBłonnik- 30,14g Sól – 3,72 | Energia: 2038kcal Białko: 99,38g Tłuszcz: 65,4g w tym kw.tłu.nasyc.: 16,87g Węglowodany: 276,11gBłonnik- 30,14g Sól – 3,72 | Energia: 2038kcal Białko: 99,38g Tłuszcz: 65,4g w tym kw.tłu.nasyc.: 16,87g Węglowodany: 276,11gBłonnik- 30,14g Sól – 3,72 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| POSIŁEK 09.05.2024 | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA CUKRZYCOWA |
| ŚNIADANIE | Pieczywo mieszane, jajo na miękko, wędlina, ser topiony, kolorowe warzywaA:1,3,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajo na miękko, wędlina, ser topiony, kolorowe warzywaA:1,3,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajo na miękko, wędlina, ser topiony, kolorowe warzywaA:1,3,6,9,10 |
| II ŚNIADANIE | Jarzynowa z ziemniakamiA: 1,7,9 | Jarzynowa z ziemniakamiA: 1,9 | Jarzynowa z ziemniakamiA: 1,9 |
| OBIAD | Gołąbek w sosie, ziemniakiA: 1,9 | Gołąbek w sosie, ziemniakiA: 1,9 | Gołąbek w sosie, ziemniakiA: 1,9 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, sałatka z kurczaka, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,4,6,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z kurczaka, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,4,6,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z kurczaka, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,4,6,9,10 |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Energia: 2008kcal Białko: 97,74g Tłuszcz: 62,53g w tym kw.tłu.nasyc.: 14,47g Węglowodany: 278,47g Błonnik- 32,46g Sól – 5,44 | Energia: 2008kcal Białko: 97,74g Tłuszcz: 62,53g w tym kw.tłu.nasyc.: 14,47g Węglowodany: 278,47g Błonnik- 32,46g Sól – 5,44 | Energia: 2008kcal Białko: 97,74g Tłuszcz: 62,53g w tym kw.tłu.nasyc.: 14,47g Węglowodany: 278,47g Błonnik- 32,46g Sól – 5,44 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| POSIŁEK 10.05.2024 | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA CUKRZYCOWA |
| ŚNIADANIE | Pieczywo mieszane, ser twarożek, wędlina, kolorowe warzywa A: 1,6,7,9 | Pieczywo mieszane, ser twarożek, wędlina, kolorowe warzywa A: 1,6,7,9 | Pieczywo mieszane, ser twarożek, wędlina, kolorowe warzywa A: 1,6,7,9 |
| II ŚNIADANIE | Barszcz czerwony A:1,3,7,9 | Barszcz czerwony A:1,3,7,9 | Barszcz czerwony A:1,3,7,9 |
| OBIAD | Ryba smażona, ziemniaki, surówka z kiszonej kapustyA: 1,3,4 | Ryba na parze, ziemniaki, warzywa gotowaneA:1,3,4 | Ryba na parze, ziemniaki, warzywa gotowaneA:1,3,4 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywaA: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywaA: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywaA: 1,6,7,9,10 |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Energia: 2041kcal Białko:96,61g Tłuszcz: 68,62g w tym kw.tłu.nasyc.: 10,31g Węglowodany: 273,16g Błonnik- 29,27g Sól – 6,78 | Energia: 2041kcal Białko:96,61g Tłuszcz: 68,62g w tym kw.tłu.nasyc.: 10,31g Węglowodany: 273,16g Błonnik- 29,27g Sól – 6,78 | Energia: 2041kcal Białko:96,61g Tłuszcz: 68,62g w tym kw.tłu.nasyc.: 10,31g Węglowodany: 273,16g Błonnik- 29,27g Sól – 6,78 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| POSIŁEK 11.05.2024 | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA CUKRZYCOWA |
| ŚNIADANIE | Pieczywo mieszane, jajecznica, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,4,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajecznica, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,4,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajecznica, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,3,4,6,9,10 |
| II ŚNIADANIE | RosółA: 1,3,9 | RosółA: 1,3,9 | RosółA: 1,3,9 |
| OBIAD | PierogiA: 1,3 | PierogiA: 1,3 | PierogiA: 1,3 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywaA: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywaA: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywaA: 1,6,7,9,10 |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Energia: 2002kcal Białko: 91,78g Tłuszcz: 69,79g w tym kw.tłu.nasyc.: 11,69g Węglowodany:266,62 g Błonnik- 28,56g Sól – 5,16 | Energia: 2002kcal Białko: 91,78g Tłuszcz: 69,79g w tym kw.tłu.nasyc.: 11,69g Węglowodany:266,62 g Błonnik- 28,56g Sól – 5,16 | Energia: 2002kcal Białko: 91,78g Tłuszcz: 69,79g w tym kw.tłu.nasyc.: 11,69g Węglowodany:266,62 g Błonnik- 28,56g Sól – 5,16 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| POSIŁEK 12.05.2024 | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA CUKRZYCOWA |
| ŚNIADANIE | Pieczywo mieszane, parówka z wody, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,6,9,10 | Pieczywo mieszane, parówka z wody, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,6,9,10 | Pieczywo mieszane, parówka z wody, wędlina, kolorowe warzywaA: 1,6,9,10 |
| II ŚNIADANIE | Fasolowa z ziemniakamiA: 1,3,9 | Pomidorowa z ryżemA: 1,3,9 | Pomidorowa z ryżemA: 1,3,9 |
| OBIAD | Kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z młodej kapusty z marchewkąA: 1 | Schab z warzywami gotowany, kasza jęczmiennaA: 1,9 | Schab z warzywami gotowany, kasza jęczmiennaA: 1,9 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, pasztet z pieca, kolorowe warzywaA: 1,6,9,10 | Pieczywo mieszane, pasztet z pieca, kolorowe warzywaA: 1,6,9,10 | Pieczywo mieszane, pasztet z pieca, kolorowe warzywaA: 1,6,9,10 |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Energia: 2005kcal Białko: 89,37g Tłuszcz: 74,92g w tym kw.tłu.nasyc.:15,31 g Węglowodany: 258g Błonnik- 29,4 g Sól – 5,01 | Energia: 2005kcal Białko: 89,37g Tłuszcz: 74,92g w tym kw.tłu.nasyc.:15,31 g Węglowodany: 258g Błonnik- 29,4 g Sól – 5,01 | Energia: 2005kcal Białko: 89,37g Tłuszcz: 74,92g w tym kw.tłu.nasyc.:15,31 g Węglowodany: 258g Błonnik- 29,4 g Sól – 5,01 |