|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 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 makaronem  A: 1,3,7,9 | Krupnik z ziemniakami  A: 1,7,9 | Krupnik z ziemniakami  A: 1,7,9 |
| OBIAD | Pulpet w sosie koperkowym z ryżem, surówka z marchewki i jabłka  A: 1,3 | Klops gotowany z warzywami, kasz jęczmienna  A: 1,3,9 | Klops gotowany z warzywami, kasz jęczmienna  A: 1,3,9 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, sałatka z szynki, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,3,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z szynki, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,3,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z szynki, wędlina, kolorowe warzywa  A: 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 warzywa  A:1,3,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajo na miękko, wędlina, ser topiony, kolorowe warzywa  A:1,3,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajo na miękko, wędlina, ser topiony, kolorowe warzywa  A:1,3,6,9,10 |
| II ŚNIADANIE | Żurek z ziemniakami  A: 1,3,7 | Żurek z ziemniakami  A: 1,3,7 | Żurek z ziemniakami  A: 1,3,7 |
| OBIAD | Filet panierowany, ziemniaki z koperkiem, ogórek zielony  A; 1,3 | Filet z kurczaka z warzywami na parze, ryż  A: 1,9 | Filet z kurczaka z warzywami na parze, ryż  A: 1,9 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, sałatka z tuńczyka, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,3,4,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z tuńczyka, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,3,4,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z tuńczyka, wędlina, kolorowe warzywa  A: 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: 270,98g  Błonnik- 29,65g  Sól – 4,73 | Energia: 2001kcal  Białko: 89,93g  Tłuszcz: 60,83g w tym kw.tłu.nasyc.:16,83g Węglowodany: 270,98g  Błonnik- 29,65g  Sól – 4,73 | Energia: 2001kcal  Białko: 89,93g  Tłuszcz: 60,83g w tym kw.tłu.nasyc.:16,83g Węglowodany: 270,98g  Błonnik- 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 ziemniakami  A: 1,3,7,9 | Barszcz ukraiński z ziemniakami  A: 1,3,7,9 | Barszcz ukraiński z ziemniakami  A: 1,3,7,9 |
| OBIAD | Penne z kurczakiem w sosie śmietanowo serowym  A: 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 warzywa  A: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, ser żółty, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, ser żółty, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,6,7,9,10 |
| WARTOŚCI ODŻYWCZE | Energia: 2038kcal  Białko: 99,38g  Tłuszcz: 65,4g w tym kw.tłu.nasyc.: 16,87g Węglowodany: 276,11g  Błonnik- 30,14g  Sól – 3,72 | Energia: 2038kcal  Białko: 99,38g  Tłuszcz: 65,4g w tym kw.tłu.nasyc.: 16,87g Węglowodany: 276,11g  Błonnik- 30,14g  Sól – 3,72 | Energia: 2038kcal  Białko: 99,38g  Tłuszcz: 65,4g w tym kw.tłu.nasyc.: 16,87g Węglowodany: 276,11g  Błonnik- 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 warzywa  A:1,3,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajo na miękko, wędlina, ser topiony, kolorowe warzywa  A:1,3,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajo na miękko, wędlina, ser topiony, kolorowe warzywa  A:1,3,6,9,10 |
| II ŚNIADANIE | Jarzynowa z ziemniakami  A: 1,7,9 | Jarzynowa z ziemniakami  A: 1,9 | Jarzynowa z ziemniakami  A: 1,9 |
| OBIAD | Gołąbek w sosie, ziemniaki  A: 1,9 | Gołąbek w sosie, ziemniaki  A: 1,9 | Gołąbek w sosie, ziemniaki  A: 1,9 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, sałatka z kurczaka, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,3,4,6,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z kurczaka, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,3,4,6,9,10 | Pieczywo mieszane, sałatka z kurczaka, wędlina, kolorowe warzywa  A: 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 kapusty  A: 1,3,4 | Ryba na parze, ziemniaki, warzywa gotowane  A:1,3,4 | Ryba na parze, ziemniaki, warzywa gotowane  A:1,3,4 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywa  A: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywa  A: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywa  A: 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 warzywa  A: 1,3,4,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajecznica, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,3,4,6,9,10 | Pieczywo mieszane, jajecznica, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,3,4,6,9,10 |
| II ŚNIADANIE | Rosół  A: 1,3,9 | Rosół  A: 1,3,9 | Rosół  A: 1,3,9 |
| OBIAD | Pierogi  A: 1,3 | Pierogi  A: 1,3 | Pierogi  A: 1,3 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywa  A: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywa  A: 1,6,7,9,10 | Pieczywo mieszane, wędlina, ser żółty, kolorowe warzywa  A: 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 warzywa  A: 1,6,9,10 | Pieczywo mieszane, parówka z wody, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,6,9,10 | Pieczywo mieszane, parówka z wody, wędlina, kolorowe warzywa  A: 1,6,9,10 |
| II ŚNIADANIE | Fasolowa z ziemniakami  A: 1,3,9 | Pomidorowa z ryżem  A: 1,3,9 | Pomidorowa z ryżem  A: 1,3,9 |
| OBIAD | Kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z młodej kapusty z marchewką  A: 1 | Schab z warzywami gotowany, kasza jęczmienna  A: 1,9 | Schab z warzywami gotowany, kasza jęczmienna  A: 1,9 |
| KOLACJA | Pieczywo mieszane, pasztet z pieca, kolorowe warzywa  A: 1,6,9,10 | Pieczywo mieszane, pasztet z pieca, kolorowe warzywa  A: 1,6,9,10 | Pieczywo mieszane, pasztet z pieca, kolorowe warzywa  A: 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 |