

Niedziela 30.03.2025	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt (jaja) Połudwica sopočka 50 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Masło extra 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt (jaja) Połudwica sopočka 50 g (soja) Mix sałat 20 g Ogórek konserwowy 80 g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Jajko gotowane 1 szt (jaja) Połudwica sopočka 50 g (soja) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g
II ŚNIADANIE	Mus owocowy- 1 szt	Mus owocowy- 1 szt	Mus owocowy- 1 szt
Obiad	Woda butelkowana-500ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie porowym 130g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Kapusta czerwona duszona-150g	Woda butelkowana-500ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie porowym 130g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Kapusta czerwona duszona-150g	Woda butelkowana-500ml Rosół z makaronem 400ml (gluten, jaja) Roladki z indyka z cukinią i marchwią w sosie koperkowym 130g (mleko) Kluski śląskie 200 g (gluten) Marchew pieczona z tymiankiem 150 g
Kolacja	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb graham 70 g (gluten, sezam) Chleb pszenny 30 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Pasta twarogowa z papryką 90 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb graham 100 g (gluten, sezam) Masło extra 10 g (mleko) Pasta twarogowa z papryką 90 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g	Herbata owocowa b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (gluten) Masło extra 10 g (mleko) Pasta twarogowa z papryką 90 g (mleko) Roszponka 10 g Pomidor 80 g
Posiłek dodatkowy	Pieczywo „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) + serek kiri- 2 szt (2x 17 g) (mleko)	Pieczywo „Sanko” 7 ziaren + 3 kromki (gluten) + serek kiri- 2 szt (2x 17 g) (mleko)	Pieczywo „Sanko” 7 ziaren + 3 kromki + serek kiri- 2 szt (2x 17 g) (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2161; W: 288,8g; B: 96,8g; T: 73,4g (tł.nasycone: 30,2g); sód: 3136,4mg; cukry: 40,6g	Kcal: 2137; W: 288,8g; B: 96g; T: 72,4g (tł.nasycone: 29,8g); sód: 3101,6mg; cukry: 37,2g	Kcal: 2243; W: 290,9g; B: 97,8g; T: 77,9g (tł.nasycone: 31g); sód: 2709,6mg; cukry: 49,8g

Poniedziałek 31.03.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku -250ml (gluten, mleko) Bułka graham- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa -80g (mleko, jajo, seler) Ser mozzarella light- 40g (mleko) Sałata lodowa-30g	Kawa zbożowa na mleku -250ml (gluten, mleko) Bułka graham- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa -80g (mleko, jajo, seler) Ser mozzarella light- 40g (mleko) Sałata lodowa-30g	Kawa zbożowa na mleku -250ml (gluten, mleko) Bułka kajzerka- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka jarzynowa -80g (mleko, jajo, seler) Ser mozzarella light- 40g (mleko) Sałata lodowa-30g
II Śniadanie	Jabłko – 1 szt	Jabłko – 1 szt	Jabłko – 1 szt
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Barszcz biały z ziemniakami- 400ml (mleko, seler, gluten) Udko pieczone z kurczaka - 130g Ziemniaki gotowane-200g Surówka z buraczków i jabłka-150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Barszcz biały z ziemniakami- 400ml (mleko, seler, gluten) Udko pieczone z kurczaka - 130g Ziemniaki gotowane-200g Surówka z buraczków i jabłka-150g	Kompot owocowy b/c- 250ml Zupa ziemniaczana - 400ml (mleko, seler) Udko pieczone z kurczaka - 130g Ziemniaki gotowane-200g Surówka z buraczków i jabłka-150g
Kolacja	Herbata czarna-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny-30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z cukinii -70g (jajko, gluten) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata czarna-250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z cukinii -70g (jajko, gluten) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat-20g Pomidor-80g	Herbata czarna-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z cukinii – 70g (jajko, gluten) Wędlina z kurczaka-30g Mix sałat-20g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2204; W: 307,7g; B: 101,6g; T: 72,3g(tł.nasycone: 24,5g); sód: 3594,4mg; cukry: 73,1g	Kcal: 2192; W: 307,7g; B: 101,2g; T: 71,8g(tł.nasycone: 24,3g); sód: 3577mg; cukry: 71,4g	Kcal: 2360; W: 307,6g; B: 99,1g; T: 88,4g(tł.nasycone: 28,4g); sód: 3521mg; cukry: 79,5g

wtorek 01.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.fatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb pszenny – 30g (gluten) Chleb graham-70g (sezam, gluten) Masło – 10g (mleko) Szynka wuja Jana-60g (soja) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham-100g (sezam, gluten) Masło – 10g (mleko) Szynka wuja Jana-60g (soja) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Szynka wuja Jana-60g (soja) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g
II Śniadanie	Mandarynki-2szt	Mandarynki-2szt	Banan- 1 szt
Obiad	Woda butelkowana-500ml Zupa z soczewicy-400ml (mleko, seler) Gulasz z łopatki wp.-200g Kopytka -200g (gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka-150g(mleko)	Woda butelkowana-500ml Zupa z soczewicy-400ml (mleko, seler) Gulasz z łopatki wp.-200g Kopytka -200g (gluten) Surówka z pora, marchwi i jabłka-150g(mleko)	Woda butelkowana-500ml Zupa jarzynowa z ziemniakami- 400ml (mleko, seler) Gulasz z łopatki wp.-200g Kopytka -200g (gluten) Marchewka gotowana- 150g
Kolacja	Herbata czarna b/c -250ml Chleb pszenny – 30g (gluten) Chleb graham-70g (sezam, gluten) Masło – 10g (mleko) Galaretka drobiowa -100g (jajko, seler) Polędwica sopocka-30g (soja) Papryka konserwowa-80g	Herbata czarna b/c -250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Masło – 10g (mleko) Galaretka drobiowa -100g (jajko, seler) Polędwica sopocka-30g (soja) Papryka konserwowa-80g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Galaretka drobiowa -100g (jajko, seler) Polędwica sopocka-30g (soja) Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Serek wiejski-200g (mleko)	Serek wiejski-200g (mleko)	Serek wiejski-200g (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2234; W: 306,6g; B: 124; T:63,2g (tł.nasycone: 25g); sód: 5326,4mg; cukry: 47,6g	Kcal: 2210; W: 306,6g; B: 123,2g; T: 62,2g (tł.nasycone: 24,6g); sód: 5291,6mg; cukry: 44,2g	Kcal: 2088; W: 279,2g; B: 111,3g; T: 61,9g(tł.nasycone: 27,1g); sód: 3958mg; cukry: 62,4g

Środa 02.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Bułka graham- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka makaronowa z brokułem, kurczakiem i warzywami-150g (mleko) Sałata rzymska- 30g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Bułka graham- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka makaronowa z brokułem, kurczakiem i warzywami-150g (mleko) Sałata rzymska- 30g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Bułka kajzerka-1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Sałatka makaronowa z brokułem, kurczakiem i warzywami-150g (mleko) Sałata rzymska- 30g
II Śniadanie	Sałatka owocowa-150g	Sałatka owocowa-150g	Sałatka owocowa-150g
Obiad	Kompot owocowy-250ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-400ml (seler, mleko) Grillowany filec z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą – 120g (mleko) Ziemniaki gotowane- 200g Surówka z selera i marchwi- 150g (seler, mleko)	Kompot owocowy-250ml Zupa szpinakowa z ziemniakami-400ml (seler, mleko) Grillowany filec z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą – 120g (mleko) Ziemniaki gotowane- 200g Surówka z selera i marchwi- 150g (seler, mleko)	Kompot owocowy-250ml Zupa szpinakowa z ziemniakami -400ml (seler, mleko) Grillowany filec z kurczaka zapiekany z suszonymi pomidorami i mozzarellą – 120g (mleko) Ziemniaki gotowane- 200g Surówka z selera i marchwi- 150g (seler, mleko)
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny-30g (gluten) Margaryna 60% tł.-10g Pasta z soczewicy-50g Ser żółty-40g (mleko) Mix sałat- 20g Korniszonek -70g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Margaryna 60% tł.-10g Pasta z soczewicy-50g Ser żółty-40g (mleko) Mix sałat- 20g Korniszonek -70g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Serek bieluch-40g (mleko) Wędlina z kurczaka-50g Mix sałat- 20g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Fit ciasteczko zbożowe bez cukru-50g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe bez cukru-50g (gluten, mleko)	Fit ciasteczko zbożowe bez cukru-50g (gluten, mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2303; W: 318,5g; B: 107,5g; T: 76g (tł.nasycone: 23,2g); sód: 3559,9mg; cukry: 56,9g	Kcal: 2291; W: 318,5g ; B: 107,1g; T: 75,5g (tł.nasycone: 23g); sód: 3542,5mg; cukry: 55,2g	Kcal: 2323; W: 310,6g; B: 106,8g; T: 79g(tł.nasycone: 24,9g); sód: 3406,3mg; cukry: 63,1g

Czwartek 03.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Chleb graham-70g(sezam, gluten) Masło-10g (mleko) Ziołowa pasta twarogowa- 50g (mleko) Polędwica sopocka-40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Kakao na mleku-250ml (gluten) Chleb graham-100g(sezam, gluten) Masło-10g (mleko) Ziołowa pasta twarogowa- 50g(mleko) Polędwica sopocka-40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Kakao na mleku-250ml (gluten) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Ziołowa pasta twarogowa- 50g (mleko) Polędwica sopocka-40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g
II Śniadanie	Budyń o smaku czekoladaowym-150ml (mleko)	Budyń o smaku czekoladaowym-150ml (mleko)	Budyń o smaku czekoladaowym-150ml (mleko)
Obiad	Woda butelkowana- 500ml Barszcz czerwony z ziemniakami - 400ml (seler, mleko) Łazanki z mięsem wieprzowym - 400g (gluten, jajo) Brokuł gotowany-150g	Woda butelkowana- 500ml Barszcz czerwony z ziemniakami - 400ml (seler, mleko) Łazanki z mięsem wieprzowym - 400g (gluten, jajo) Brokuł gotowany-150g	Woda butelkowana- 500ml Barszcz czerwony z ziemniakami - 400ml (seler, mleko) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (dieta) -400g
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny-30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z selera-70g (seler, jajo, gluten) Wędlina z piersi z kurczaka-30g Ogórek świeży b/s-65g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z selera-70g (seler, jajo, gluten) Wędlina z piersi z kurczaka-30g Ogórek świeży b/s-65g Mix sałat- 20g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham-100g (sezam, gluten) Masło – 10g (mleko) Paszтет z selera-70g (seler, jajo, gluten) Wędlina z piersi z kurczaka-30g Ogórek świeży b/s-65g Mix sałat- 20g
Posiłek dodatkowy	Serek almette mini 30g (mleko) Pieczywo „Sanko” 7 ziaren-2 szt (gluten)	Serek almette mini 30g (mleko) Pieczywo „Sanko” 7 ziaren-2 szt (gluten)	Serek almette mini 30g (mleko) Pieczywo „Sanko” kukurydziane-2 szt (gluten)
Wartości odżywcze	Kcal: 2195 ; W: 290,4g; B: 102,3g; T: 78g (tł.nasycone: 32,3g) ; sód: 4795mg; cukry: 72,6g	Kcal: 2171; W: 290,4g; B: 101,5g; T: 77g (tł.nasycone: 31,9g); sód: 4760,2mg; cukry: 69,2g	Kcal: 2364; W: 298,4g; B: 100,5g; T: 88,6g(tł.nasycone: 34,8g); sód: 5095,4mg; cukry: 74,8g

Piątek 04.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwo strawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka graham- 1 szt (gluten) Masło-10g (mleko) Pasta ze słonecznika i pieczonej papryki-50g Ser żółty -40g (mleko) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka graham- 1 szt (gluten) Masło-10g (mleko) Pasta ze słonecznika i pieczonej papryki-50g Ser żółty -40g (mleko) Pomidor-80g Sałata rzymska-30g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (mleko, gluten) Bułka kajzerka- 1 szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta ze słonecznika i pieczonej papryki-50g Serek bieluch 40g (mleko) Pomidor-80g Sałata rzymska- 30g
II Śniadanie	Banan- 1 szt	Banan- 1 szt	Banan- 1 szt
Obiad	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa pieczarkowa z makaronem-400g (mleko, jaja, gluten, seler) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym-100g + 30g (sos) (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane-200g Surówka z białej kapusty i jabłka-150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa pieczarkowa z makaronem-400g (mleko, jaja, gluten, seler) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym-100g + 30g (sos) (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane-200g Surówka z białej kapusty i jabłka-150g	Kompot owocowy b/c 250 ml Zupa ryżowa-400ml (mleko, seler) Morszczuk gotowany w sosie szpinakowym-100g + 30g (sos) (dieta) (ryba, mleko) Ziemniaki gotowane-200g Marchewka gotowana-150g
Kolacja	Herbata czarna b/c- 250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny-30g (gluten) Masło – 10g (mleko) Śledzik w jogurcie z jabłkiem-100g (ryba, mleko) Jajko gotowane-1 szt (jajo) Ogórek świeży-70g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c- 250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Śledzik w jogurcie z jabłkiem-100g (ryba, mleko) Jajko gotowane-1 szt (jajo) Ogórek świeży-70g Mix sałat-20g	Herbata czarna b/c- 250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Śledzik w jogurcie z jabłkiem-100g (ryba, mleko) Jajko gotowane-1 szt (jajo) Ogórek świeży-70g Mix sałat-20g
Posiłek dodatkowy	Jogurt naturalny- 150ml (mleko)	Jogurt naturalny- 150ml (mleko)	Jogurt naturalny- 150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2320; W: 278,3g; B: 105,5g; T: 96,1g(tł.nasycone: 33,4g); sód: 2343mg; cukry: 68,4g	Kcal: 2308; W: 278,3g; B: 105,1g; T: 95,6g(tł.nasycone: 33,2g); sód: 2325,6mg; cukry: 66,7g	Kcal: 2232; W: 267,7g; B: 98,1g; T: 91g (tł.nasycone: 31,3g); sód: 3279,7g; cukry: 71,3g

sobota 05.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny- 30g (gluten) Masło-10g (mleko) Sałatka z makaronu z szynką, serem i warzywami -150g (mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb graham-100g (sezam, gluten) Masło-10g (mleko) Sałatka z makaronu z szynką, serem i warzywami -150g (mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło-10g (mleko) Sałatka z makaronu z szynką, serem i warzywami -150g (mleko, soja, gluten, jaja) Rukola-10g
II Śniadanie	Podpłomyk-30g (gluten, mleko)	Podpłomyk-30g (gluten, mleko)	Podpłomyk-30g (gluten, mleko)
Obiad	Woda butelkowana-500ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Leczo z ciecierzycą, pieczarkami i warzywami-200ml Ryż brązowy-200g	Woda butelkowana-500ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Leczo z ciecierzycą, pieczarkami i warzywami-200ml Ryż brązowy-200g	Woda butelkowana-500ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami - 400ml (mleko, seler) Leczo z kurczaka, cukinii i marchewki-200g Ryż biały-200g
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 30g (gluten) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Masło- 10g (mleko) Wędlina z indyka-50g (soja) Serek bieluch-40g (mleko) Papryka świeża-70g Mix sałat -20g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham- 100g (gluten, sezam) Masło- 10g (mleko) Wędlina z indyka-50g (soja) Serek bieluch-40g (mleko) Papryka świeża-70g Mix sałat -20g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Wędlina z indyka-50g (soja) Serek bieluch-40g (mleko) Pomidor-80g Mix sałat -20g
P. dodatkowy	Chlebek bananowy ze stodzikim-100g (gluten, jaja, mleko)	Chlebek bananowy ze stodzikim-100g (gluten, jaja, mleko)	Chlebek bananowy ze stodzikim-100g (gluten, jaja, mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2193; W: 312,4g; B: 80,6g; T: 75,2g (tł.nasycone: 29,9g); sól: 2552mg ; cukry: 48,4g	Kcal: 2169; W: 312,4g; B: 79,8g; T: 74,2g(tł.nasycone: 29,5g); sól: 2517,2mg; cukry: 45g	Kcal: 2161; W: 302,1g; B: 94,5g; T: 65,2g(tł.nasycone: 22,4g); sól: 4169,9mg; cukry: 54,5g

Niedziela 06.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb graham- 70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło-10g (mleko) Pasta jajeczna-100g (jajko, mleko) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb graham- 70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Margaryna 60% tł -10g Masło-10g (mleko) Pasta jajeczna-100g (jajko, mleko) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb graham- 70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło-10g (mleko) Pasta jajeczna-100g (jajko, mleko) Pomidor- 80g Mix sałat- 20g
II Śniadanie	Jabłko pieczone-1szt	Jabłko pieczone-1szt	Jabłko pieczone-1szt
Obiad	Kompot owocowy b/c- 250ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym z cebulką-100g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka -150g (mleko)	Kompot owocowy b/c- 250ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym z cebulką-100g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka -150g (mleko)	Kompot owocowy b/c- 250ml Rosół z makaronem- 400ml (gluten, jaja) Schab duszony w sosie własnym (dieta)-100g +30g sos Ziemniaki gotowane-200g Marchewka gotowana- 150g
Kolacja	Herbata czarna b/c 250ml Chleb pszenny- 30g (gluten) Chleb graham-70g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Pasta z twarogu i makreli z koperkiem-90g (mleko, ryba) Ogórek świeży -70g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Pasta z twarogu i makreli z koperkiem-90g (mleko, ryba) Ogórek świeży -70g Sałata rzymska-30g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z twarogu i makreli z koperkiem-90g (mleko, ryba) Ogórek świeży -70g Sałata rzymska-30g
Posiłek dodatkowy	Budyń waniliowy ze słodzikiem-150ml (mleko, gluten)	Budyń waniliowy ze słodzikiem-150ml (mleko, gluten)	Budyń waniliowy ze słodzikiem-150ml (mleko, gluten)
Wartości odżywcze	Kcal: 2081 ; W: 256,9g; B: 102,7g; T: 77,7g(tł.nasycone: 28,8g); sód: 3421,5mg; cukry: 73,3g	Kcal: 2057g; W: 256,9g; B: 101,9g; T: 76,7g (tł.nasycone: 28,4g); sód: 3386,7mg; cukry: 69,9g	Kcal: 2148; W: 258,9g; B: 104,7g; T: 79,8g(tł.nasycone: 31,2g); sód: 3726,9g; cukry: 78,4g

Poniedziałek 07.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bułka graham-1szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z zielonego groszku i bazylii-50g Polędwica sopocka -40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bułka graham-1szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z zielonego groszku i bazylii-50g Polędwica sopocka -40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g	Kakao na mleku-250ml (mleko) Bułka kajzerka-1szt (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z zielonego groszku i bazylii-50g Polędwica sopocka -40g (soja) Pomidor-80g Sałata lodowa-30g
II Śniadanie	Sałatka owocowa-150g	Sałatka owocowa-150g	Sałatka owocowa-150g
Obiad	Woda butelkowana-500ml Krem z warzyw z grzankami –400ml (gluten, seler, mleko) Makaron razowy ze szpinakiem, serem feta i kurczakiem-400g (mleko, jaja, gluten)	Woda butelkowana-500ml Krem z warzyw z grzankami –400ml (gluten, seler, mleko) Makaron razowy ze szpinakiem, serem feta i kurczakiem -400g (mleko, jaja, gluten)	Woda butelkowana-500ml Krem z warzyw z grzankami –400ml (gluten, seler, mleko) Makaron pszenny ze szpinakiem i serem mozzarella kurczakiem 400g (mleko, jaja, gluten)
Kolacja	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham-70g (sezam, gluten) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło-10g (mleko) Paprykarz szczeciński – 100g (ryba) Rukola- 10g Ogórek kiszony- 70g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb graham – 100g (gluten, sezam) Masło – 10g (mleko) Paprykarz szczeciński – 100g (ryba) Rukola- 10g Ogórek kiszony- 70g	Herbata czarna b/c-250ml Chleb pszenny- 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Paprykarz z dorsza– 100g (ryba) Rukola-10g Pomidor-80g
Posiłek dodatkowy	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)	Kefir-150ml (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 1994; W: 276,5g; B: 92,3g; T: 67,1g (tł.nasycone: 32,4g); sód: 3512mg; cukry: 62,8g	Kcal: 1982; W: 276,5g; B: 91,9g; T: 66,6g (tł.nasycone: 32,2g); sód: 3495,5mg; cukry: 61,1g	Kcal: 1885; W: 272,5g; B: 87,7g; T: 53,8g(tł.nasycone: 23,5g); sód: 2434,8g; cukry: 65,8g

Wtorek 08.04.25	Dieta podstawowa	Dieta z ograniczonymi przyswajalnymi węglowodanami (cukrzycowa)	Dieta łatwostrawna
Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb graham 70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło-10g (mleko) Pasta z twarogu i zielonych oliwek-50g (mleko) Wędlina z indyka-40g (soja) Mix sałat- 20g Ogórek świeży- 70g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb graham 100g (gluten, sezam) Masło-10g (mleko) Pasta z twarogu i zielonych oliwek-50g (mleko) Wędlina z indyka-40g (soja) Mix sałat- 20g Ogórek świeży- 70g	Kawa zbożowa na mleku-250ml (gluten, mleko) Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło – 10g (mleko) Pasta z twarogu i zielonych oliwek-50g (mleko) Wędlina z indyka-40g (soja) Mix sałat- 20g Ogórek świeży- 70g
II Śniadanie	Kisiel owocowy ze słodzikiem-150ml	Kisiel owocowy ze słodzikiem-150ml	Kisiel owocowy ze słodzikiem-150ml
Obiad	Kompot owocowy-250ml Zupa pomidorowa z makaronem-400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Kurczak pieczony w sosie musztardowym-200g (mleko) Ryż brązowy-200g Surówka z ogórków kiszonych-150g	Kompot owocowy-250ml Zupa pomidorowa z makaronem-400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Kurczak pieczony w sosie musztardowym-200g (mleko) Ryż brązowy-200g Surówka z ogórków kiszonych-150g	Kompot owocowy-250ml Zupa pomidorowa z makaronem (dieta)-400ml (gluten, jaja, mleko, seler) Kurczak duszony w sosie dyniowym-200g (mleko) Ryż biały-200g Warzywa po grecku- 150g (seler)
Kolacja	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham-70g (gluten, sezam) Chleb pszenny – 30g (gluten) Masło-10g (mleko) Sałatka jarzynowa 80g (mleko, seler, jajo) Kiełbasa żywiecka podsuszana-40g (gluten) Sałata rzymska- 30g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb graham-100g (gluten, sezam) Masło-10g (mleko) Sałatka jarzynowa 80g (mleko, seler, jajo) Kiełbasa żywiecka podsuszana-40g (gluten) Sałata rzymska- 30g	Herbata czarna b/c 250ml Chleb pszenny – 100g (gluten) Masło-10g (mleko) Sałatka jarzynowa 80g (mleko, seler, jajo) Kiełbasa żywiecka podsuszana-40g (gluten) Sałata rzymska- 30g
Posiłek dodatkowy	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczyno „Sanko” 7 ziaren – 3 kromki (gluten) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)	Pieczyno „Sanko” kukurydziane – 3 kromki (gluten) Serek almette- 1 op (30g) (mleko)
Wartości odżywcze	Kcal: 2187; W: 318,6g; B: 100,9g; T: 65,3g (tł.nasycone: 21,9g); sód: 4228,1mg; cukry: 62,8g	Kcal: 2163; W: 318,6g; B: 100,1g; T: 64,3g(tł.nasycone: 21,5g); sód: 4193,3mg; cukry: 59,4g	Kcal: 2207; W: 342,1g; B: 106,1g; T: 51,8g(tł.nasycone: 19,2g); sód: ; cukry: 84,8g

