

PONIEDZIAŁEK 31.03.2025		
DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg z rzodkiewką 100g,szynka wp 30g,miód 25g, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, sałatka z gotowanej fasolki szparagowej,brokula,kalafiora i marchewki 60g Alergeny (mleko i przetwory,gluten,soja)	Rosół z makaronem 350ml,kurczak pieczony 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, buraki oprószone 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jabłko Alergeny (mleko i przetwory,gluten,jajka,seler)	Polęd.drob 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, sałata 20g, jabłko parzone Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)
Wartość odżywcza:energia 1998kcal/6000kJ węglowodany 292,67g białko 95,60g tłuszcz 53,31g sól 4,41g		
DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg z rzodkiewką 100g, szynka wp 30g,masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałatka z gotowanej fasolki szparagowej,brokula,kalafiora i marchewki 60g Alergeny (mleko i przetwory,gluten,soja)	Rosół z makaronem 350ml, kurczak pieczony 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, buraki oprószone 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten,jajka,seler,mleko i przetwory)	Polęd.drob 50g, ser żółty 20g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata b/c 250ml,sałata 20g, jabłko Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)
DIETA TRZUSTKOWA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg z natką pietruszki 100g, szynka wp 30g,masło 12,5g zaw tł.82%, miód 25g, sałatka z gotowanej fasolki szparagowej,brokula,kalafiora i marchewki 60g angelka 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten,soja)	Rosół dietetyczny z makaronem 350ml, kurczak gotowany w warzywach 130g, ziemniaki 200g, buraki oprószone 130g, kompot 250ml Alergeny (jajka,gluten,mleko i przetwory,seler)	Polęd.drob 80g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, jabłko parzone, angelka 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)

WTOREK 1.04.2025**DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z jajka z koperkiem 80g, polędwica sopocka 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, sałatka z ogórka kiszzonego z koperkiem 50g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka)	Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml, wątróbka drobiowa z cebulką 140g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kiszzonej kapusty 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jogurt naturalny 150g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, seler)	krakowska 50g, ser topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, sałata 20g, rzodkiewka 50g Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

Wartość odżywcza: energia 2090kcal/6117kJ węglowodany 286,76g białko 101,95g tłuszcz 62,14g sól 6,61g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z jajka z koperkiem 80g, polędwica sopocka 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałatka z ogórka kiszzonego i koperku 50g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka)	Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml, wątróbka drobiowa z cebulką 140g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kiszzonej kapusty 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten, seler, mleko i przetwory)	krakowska 50g, ser topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g, rzodkiewka 50g Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z jajka z koperkiem 80g, polędwica sopocka 50g, masło 12,5g zaw tł.82%, brokuły gotowane 80g, angelka 110g, herbata 250ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml, filet z indyka duszony z warzywami 140g, ziemniaki 200g, marchewka gotowana 130g, kompot 250ml	krakowska 60g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, pomidor b/skóry 50g, angelka 110g, herbata 250ml

Alergeny (mleko i przetwory,gluten,jajka)	Alergeny (gluten,seler)	Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)
--	--------------------------------	--

ŚRODA 2.04.2025		
DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Ser żółty 50g, miód 25g,masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, pomidor 50g,sałata 20g Alergeny (mleko i przetwory,gluten,jajka)	Kapuśniak z białej kapusty 350ml,łopatka wieprzowa gotowana w sosie warzywnym 130g, kasza gryczana 200g, warzywa gotowane 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – galaretką z owocami 150g Alergeny (mleko i przetwory,gluten,seler)	Szynka drobiowa 40g, jajko 1szt, masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, ogórek kiszony 60g,sałata 20g Alergeny (mleko i produkty,gluten,jajka,soja)
Wartość odżywcza: energia 2164Kcal/6768kJ węglowodany 332,87g białko 94,76 g tłuszcz 56,45g sól 4,6g		
DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW		
ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Ser żółty 50g, polędwica sopocka 30g,masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, pomidor 50g,sałata 20g Alergeny (mleko i przetwory,gluten)	Kapuśniak z białej kapusty 350ml, łopatka wieprzowa gotowana w sosie warzywnym 130g, kasza gryczana 200g, surówka z warzyw mieszanych 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten,seler,mleko i przetwory)	Szynka drobiowa 40g,jajko 1szt, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata b/c 250ml,sałata 20g, ogórek kiszony 60g Alergeny (mleko i produkty,jajka,gluten,soja)
DIETA TRZUSTKOWA		

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Polędwica sopocka 70g, miód 25g, masło 12,5g zaw tŁ.82%, saŁata 20g, marchewka mini 60g, saŁata 20g, angielka 110g, herbata 250ml Alergeny(mleko i przetwory, gluten, soja)	Marchewkowa z ziemniakami 350ml, łopatka wieprzowa gotowana w sosie warzywnym 130g, ziemniaki 200g, szpinak 130g, kompot 250ml Alergeny(jajka, gluten, mleko i przetwory, sler)	Serek homogenizowany naturalny 150g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tŁ.82%, saŁata 20g, cukinia duszona z warzywami 60g, angielka 110g, herbata 250ml Alergeny(mleko i produkty, seler, gluten)

CZWARTEK 3.04.2025

DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z fasoli 60g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tŁ.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, ogórek zielony 50g, papryka 20g Alergeny (mleko i przetwory, gluten, soja)	Jarzynowa z makaronem 350ml, stek mielony drobiowy pieczony 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, saŁata z kefirem 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – banan Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)	Szynka gotowana 50g, saŁatka jarzynowa 80g, masło 12,5g zaw tŁ.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, saŁata 20g Alergeny (mleko i produkty, jajka, seler, gorczyca, gluten)

Wartość odżywcza: energia 1886Kcal/5530kJ węglowodany 297,23g białko 77,05g tłuszcz 47,00g sól 5,40g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z fasoli 60g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tŁ.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, ogórek zielony 50g, papryka 20g Alergeny (mleko i przetwory, gluten)	Jarzynowa z makaronem 350ml, stek mielony drobiowy pieczony 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, saŁata z kefirem 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten, mleko i przetwory, jajka, seler,)	Szynka gotowana 50g, saŁatka jarzynowa 80g, masło 12,5g zaw tŁ.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, saŁata 20g Alergeny (mleko i produkty, jajka, seler, gluten, gorczyca)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Twaróg 80g, krakowska 50g, masło 12,5g zaw tŁ.82%, saŁatka z warzyw gotowanych z cukinią 80g, angelka 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten)	Jarzynowa z makaronem 350ml, stek drobiowy gotowany 130g, ziemniaki z koperkiem 200g, marchewka mini 130g, kompot 250ml Alergeny (jajka, gluten, mleko i przetwory, seler)	Szynka gotowana 50g, saŁatka jarzynowa 80g, masło 12,5g zaw tŁ.82%, jabłko parzone, angelka 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, jajka, seler, gluten, gorczyca)

PIĄTEK 4.04.2025**DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

Pasta z makreli z natką pietruszki 60g, polędwica sopocka 50g, masło 12,5g zaw. 82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, sałata 20g

Alergeny(mleko i przetwory, ryby, gluten, jajka, soja)

Porowa z ziemniakami 350ml, naleśniki ze szpinakiem 300g, surówka z marchewki i chrzanu 130g, kompot 250ml

PODWIECZOREK – jogurt naturalny 150ml

Alergeny(mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)

Szynka drob. 40g, serek homogenizowany owocowy 150g, masło 12,5g zaw. 82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, pomidor 50g

Alergeny(mleko i produkty, soja, seler, gluten)

Wartość odżywcza: energia 2064Kcal/6055kJ węglowodany 261,54g białko 85,41g tłuszcz 64,21g sól 4,59g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW**ŚNIADANIE**

Pasta z makreli z natką pietruszki 60g, polędwica sopocka 50g, masło 12,5g zaw. 82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g

Alergeny(mleko i przetwory, ryby, jajka, gluten, soja)

OBIAD

Porowa z ziemniakami 350ml, naleśniki ze szpinakiem 300g, surówka z marchewki i chrzanu 130g, kompot b/c 250ml
Alergeny(gluten, jajka, seler, mleko i przetwory)

KOLACJA

Szynka drob. 40g, serek homogenizowany naturalny 150g, masło 12,5g zaw. 82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, pomidor 50g
Alergeny(mleko i produkty, soja, seler, gluten)

DIETA TRZUSTKOWA**ŚNIADANIE**

Pasta z ryby duszonej z warzywami 50g, polędwica sopocka 50g, masło 12,5g zaw. 82%, sałata 20g, angelka 110g, herbata 250ml

Alergeny(mleko i przetwory, ryby, jajka, gluten, soja)

OBIAD

Porowa z ziemniakami 350ml, makaron z twarogiem, cynamonem i cukrem 300g, marchew gotowana 130g, kompot 250ml
Alergeny(jajka, gluten, mleko i przetwory, seler)

KOLACJA

Szynka drob. 40g, serek homogenizowany naturalny 150g, masło 12,5g zaw. 82%, sałata 20g, pomidor b/skóry 50g, angelka 110g, herbata 250ml
Alergeny(mleko i produkty, soja, seler, gluten)

SOBOTA 5.04.2025**DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Jajko ze szczypiorkiem i majonezem 60g, zielonogórska 30g , masło 12,5g zaw tł.82%,pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml, sałata 20g Alergeny (mleko i przetwory,gluten,jajka,soja,gorczyca)	Grysikowa z zieleniną 350ml,pulpet w sosie pomidorowym 130g, ziemniaki 200g, brokuły gotowana 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jogurt owocowy 150ml Alergeny (mleko i przetwory,jajka,gluten,seler)	Schab gotowany 60g, ser topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata 250ml,sałata 20g, ogórek kiszony 50g Alergeny (mleko i produkty,gluten,soja)

Wartość odżywcza:

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Jajko ze szczypiorkiem 60g, zielonogórska 30g,masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sałata 20g Alergeny (mleko i przetwory,jajka,gluten)	Grysikowa z zieleniną 350ml, pulpet w sosie pomidorowym 130g, ziemniaki 200g, brokuły gotowane 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten,seler,jajka,mleko i przetwory)	Schab gotowany 60g, ser topiony 15g, masło 12,5g zaw tł.82%, pieczywo mieszane 110g,herbata b/c 250ml,sałata 20g, ogórek kiszony 50g Alergeny (mleko i produkty,soja,gluten)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Jajko ze szczypiorkiem 60g, zielonogórska 40g,masło 12,5g zaw tł.82%,sałata 20g,bukiet warzyw 50g angielka 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory,gluten,jajka)	Grysikowa z zieleniną 350ml, pulpet w sosie warzywnym 130g, ziemniaki 200g, bukiet warzyw gotowanych 130g, kompot 250ml Alergeny (jajka,gluten,mleko i przetwory,seler)	Schab gotowany 80g, dżem 25g, masło 12,5g zaw tł.82%, sałata 20g, jabłko parzone, angielka 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty,gluten)

NIEDZIELA 6.04.2025**DIETA LEKKOSTRAWNA - POŁOŻNICZA**

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z soczewicy 60g, wędlina drob. 30g, masło 12,5g zaw. tł. 82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, rzodkiewki 50g, sałata 20g Alergeny (mleko i przetwory, gluten)	Marchewkowa z zacierką 350ml, wołowina gotowana w sosie dietetycznym 130g, kasza jęczmienna 200g, szpinak gotowany 130g, kompot 250ml PODWIECZOREK – jabłko Alergeny (mleko i przetwory, gluten, jajka, seler)	Szynka z indyka 50g, dżem 25g, masło 12,5g zaw. tł. 82%, pieczywo mieszane 110g, herbata 250ml, sał. z sałaty, rukoli, pomidora, ogórka kiszzonego, koperku 80g Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

Wartość odżywcza: energia 1900Kcal/5674kJ węglowodany 300,25g białko 84,10g tłuszcz 43,83g sól 3,82g

DIETA CUKRZYCOWA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z soczewicy 60g, wędlina drob. 30g, masło 12,5g zaw. tł. 82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, rzodkiewki 50g, sałata 20g Alergeny (mleko i przetwory, gluten)	Marchewkowa z zacierką 350ml, wołowina gotowana w sosie dietetycznym 130g, kasza jęczmienna 200g, szpinak gotowany 130g, kompot b/c 250ml Alergeny (gluten, seler, mleko i przetwory, jajka)	Szynka z indyka 50g, twaróg 50g, masło 12,5g zaw. tł. 82%, pieczywo mieszane 110g, herbata b/c 250ml, sał. z sałaty, rukoli, ogórka kiszzonego, pomidora i koperku 80g Alergeny (mleko i produkty, soja, gluten)

DIETA TRZUSTKOWA

ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Pasta z soczewicy 40g, wędlina drob. 60g, masło 12,5g zaw. tł. 82%, dżem 25g, bukiet warzyw gotowanych 80g, angelka 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i przetwory, gluten)	Marchewkowa z zacierką 350ml, wołowina gotowana w sosie dietetycznym 130g, ziemniaki 200g, szpinak gotowany 130g, kompot 250ml Alergeny (jajka, gluten, mleko i przetwory, seler)	Szynka z indyka 70g, twaróg 50g, masło 12,5g zaw. tł. 82%, sałata 20g, cukinia gotowana z warzywami 60g, angelka 110g, herbata 250ml Alergeny (mleko i produkty, gluten, soja)

