

| Dzień tygodnia  | Rodzaj diety                                                   | Śniadanie                                                                                         |          |                   | Obiad                                                                                   |          |              | Kolacja                                                                                                                   |          |                      | Dodatki                                                                                                                                                                   |
|-----------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |                                                                |                                                                                                   | Alergeny | waga              |                                                                                         | Alergeny | waga         |                                                                                                                           | Alergeny | waga                 |                                                                                                                                                                           |
| SOBOTA<br>28.06 | Zwykła<br><br>2248kcal<br>79,7gB;<br>81,6gT;<br>295,7gW        | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 270 kcal                                                        | 7        | 250ml             | Zupa pieczarkowa z makaronem 297kcal                                                    | 1,7,9    | 350 ml       | Serek topiony 80 kcal<br>Wędlina wieprzowa 80kcal<br>Pomidor 3kcal                                                        | 7<br>6   | 1 szt.<br>40g<br>15g | Dodatkowy posiłek dla cukrzyków<br>Sok pomidorowy 150ml<br>21kcal                                                                                                         |
|                 |                                                                | Wędlina wieprzowa 60 kcal<br>Wędlina drobiowa 30kcal<br>Ogórek kiszony 6 kcal                     | 6<br>6   | 30g<br>30g<br>15g | Chłopski garnek z mięsem 518kcal                                                        |          | 350g         | Masło 110kcal                                                                                                             | 7        | 15 g                 |                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                | Masło 110kcal                                                                                     | 7        | 15g               |                                                                                         |          |              | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                  | 1        | 100g                 |                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                          | 1        | 120g              |                                                                                         |          |              |                                                                                                                           |          |                      |                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                | 1        | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                 |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                    |          | 200ml                |                                                                                                                                                                           |
|                 | lekkostrawna<br><br>2058kcal;<br>73,6gB;<br>66,5gT;<br>294,9gW | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 270 kcal                                                        | 7        | 250ml             | Zupa bulion warzywny z makaronem 110kcal                                                | 9        | 350 ml       | Pasta z twarogu 120 kcal<br>Wędlina drobiowa 20kcal<br>Pomidor b/s 3kcal                                                  | 7<br>6   | 40g<br>20g<br>15g    | Podwieczorek:<br>Kisiel 150ml                                                                                                                                             |
|                 |                                                                | Wędlina drobiowa (2 rodzaje) 60kcal<br>Ogórek b/s 3 kcal                                          | 6        | 60g<br>15g        | Sos mięsno-jarzynowy 392kcal                                                            | 1,7,9,10 | 200g         | Masło 110kcal                                                                                                             | 7        | 15 g                 |                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                | Masło 110kcal                                                                                     | 7        | 15g               | Ziemniaki 138kcal                                                                       |          | 200g         | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                  | 1        | 100g                 |                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                          | 1        | 120g              | Gotowana fasolka szparagowa 38kcal                                                      |          | 120g         |                                                                                                                           |          |                      |                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                | 1        | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                 |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                    |          | 200ml                |                                                                                                                                                                           |
|                 | cukrzyca<br><br>2166kcal;<br>82,8gB;<br>75,1gT;<br>295,2gW     | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 270 kcal                                                        | 7        | 250ml             | Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 297kcal                                            | 1,7,9    | 350 ml       | Pasta z twarogu 120 kcal<br>Wędlina drobiowa 20kcal<br>Pomidor b/s 3kcal                                                  | 7<br>6   | 40g<br>20g<br>15g    | Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji<br>Wędlina drobiowa 40g,<br>masło 15g,<br>pieczywo razowe 60g<br>258kcal |
|                 |                                                                | Wędlina wieprzowa 60 kcal<br>Wędlina drobiowa 30kcal<br>Ogórek kiszony 6 kcal                     | 6<br>6   | 30g<br>30g<br>15g | Chłopski garnek z mięsem 518kcal                                                        |          | 350g         | Masło 110kcal                                                                                                             | 7        | 15 g                 |                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                | Masło 110kcal                                                                                     | 7        | 15g               |                                                                                         |          |              | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                                   | 1        | 100g                 |                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                | Pieczywo razowe 268kcal                                                                           | 1        | 120g              |                                                                                         |          |              |                                                                                                                           |          |                      |                                                                                                                                                                           |
|                 |                                                                | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                | 1        | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                 |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                    |          | 200g                 |                                                                                                                                                                           |
|                 | papkowata                                                      | MIX zupy z płatkami owsianymi 270 kcal<br>MIX z wędliny drobiowej, jajko gotowane ,pomidor b/s, z | 6,7,10   | 300g<br>350g      | MIX zupy bulionu 110 kcal<br>MIX II sos mięsno-jarzynowy + ziemniaki + gotowana fasolka | 1,7,9,10 | 350g<br>400g | Sok pomidorowy 50kcal<br>MIX II mięsa drobiowego gotowanego z gotowaną pieczarką, jajkiem gotowanym i pietruszką, 445kcal | 3,7,10   | 100ml<br>300g        |                                                                                                                                                                           |

|                                            |                     |                                                                                                    |      |       |                                                                                         |        |        |                                                                             |             |                   |  |
|--------------------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------|--|
|                                            |                     | dodatkiem kopru i masła 82% (10g) 520kcal<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) |      |       | szparagowa+ masło 15g 691 kcal<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) |        |        | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)                       |             |                   |  |
| 1936kcal;<br>75,5gB;<br>56,5gT;<br>289,6gW | Bezmleczna          | Wędlina drobiowa (2 rodzaje) 100kcal<br>Dżem owocowy 95kcal<br>Ogórek 3kcal                        | 6    | 100g  | Zupa bulion warzywny z makaronem 110kcal                                                | 9      | 350 ml | Pasta drobiowo-warzywna 173kcal<br>Wędlina drobiowa 40kcal<br>Pomidor 3kcal | 3,9,10<br>6 | 40g<br>40g<br>15g |  |
|                                            |                     | Margaryna 80kcal                                                                                   |      | 15g   | Sos mięsno-jarzynowy 392kcal                                                            | 1,9,10 | 200g   | Margaryna 80kcal                                                            |             | 15 g              |  |
|                                            |                     | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                           | 1    | 120g  | Ziemniaki 138kcal                                                                       |        | 200g   | Pieczywo pszenne 299kcal                                                    | 1           | 100g              |  |
|                                            |                     | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                 | 1    | 200ml | Gotowana fasolka szparagowa 38kcal                                                      |        | 120g   |                                                                             |             |                   |  |
|                                            |                     |                                                                                                    |      |       | Kompot bez cukru 56kcal                                                                 |        | 200 ml | Herbata owocowa 26kcal                                                      |             | 200ml             |  |
|                                            |                     |                                                                                                    |      |       |                                                                                         |        |        |                                                                             |             |                   |  |
| 1995kcal;<br>77,6gB;<br>68,3gT;<br>275,8gW | Cukrzyca bezmleczna | Wędlina drobiowa (2 rodzaje) 100kcal<br>Pasta z tuńczyka 216kcal<br>Ogórek 3kcal                   | 6,10 | 100g  | Zupa bulion warzywny z makaronem razowym 110kcal                                        | 9      | 350 ml | Pasta drobiowo-warzywna 173kcal<br>Wędlina drobiowa 40kcal<br>Pomidor 3kcal | 3,9,10<br>6 | 40g<br>40g<br>15g |  |
|                                            |                     | Margaryna 80kcal                                                                                   |      | 15g   | Sos mięsno-jarzynowy 392kcal                                                            | 1,9,10 | 200g   | Margaryna 80kcal                                                            |             | 15 g              |  |
|                                            |                     | Pieczywo razowe 268kcal                                                                            | 1    | 120g  | Ziemniaki 138kcal                                                                       |        | 200g   | Pieczywo razowe 268kcal                                                     | 1           | 100g              |  |
|                                            |                     | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                 |      | 200ml | Gotowana fasolka szparagowa 38kcal                                                      |        | 120g   |                                                                             |             |                   |  |
|                                            |                     |                                                                                                    |      |       | Kompot bez cukru 56kcal                                                                 |        | 200 ml | Herbata owocowa 26kcal                                                      |             | 200ml             |  |
|                                            |                     |                                                                                                    |      |       |                                                                                         |        |        |                                                                             |             |                   |  |

| Dzień tygodnia     | Rodzaj diety                                                   | Śniadanie                                                                                                                                       |          |                              | Obiad                                                                                      |          |               | Kolacja                                                                                                                                     |          |                       | Dodatki                                                                                                                                                               |
|--------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                    |                                                                |                                                                                                                                                 | Alergeny | waga                         |                                                                                            | Alergeny | waga          |                                                                                                                                             | Alergeny | waga                  |                                                                                                                                                                       |
| NIEDZIELA<br>29.06 | Zwykła<br><br>2251kcal;<br>70,6gB;<br>93,8gT;<br>281,6gW       | Zupa mleczna z płatkami miodowymi 290 kcal                                                                                                      | 1,7      | 250ml                        | Zupa pejszanka 120kcal                                                                     | 9        | 350 ml        | Parówka drobiowa 120kcal<br>Serek topiony 80 kcal<br>Pomidor 3kcal                                                                          | 6<br>7   | 1szt.<br>1szt.<br>15g | Dodatkowy posiłek dla cukrzyków<br>Jabłko 100g<br><br>50kcal                                                                                                          |
|                    |                                                                | Jajecznica z boczkiem 178kcal<br>Ogórek 3 kcal                                                                                                  | 3,7      | 100g<br>15g                  | Sznyceł drobiowy 260                                                                       | 1,3      | 120g          | Masło 110kcal                                                                                                                               | 7        | 15 g                  |                                                                                                                                                                       |
|                    |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                   | 7        | 15g                          | Ziemniaki gotowane 138 kcal                                                                |          | 200g          | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                    | 1        | 100g                  |                                                                                                                                                                       |
|                    |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                        | 1        | 100g                         | Surówka z marchwi 133kcal                                                                  |          | 120g          |                                                                                                                                             |          |                       |                                                                                                                                                                       |
|                    |                                                                | Herbata z sokiem z cytryny 26kcal                                                                                                               |          | 200ml                        | Kompot bez cukru 56kcal                                                                    |          | 200 ml        | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                      |          | 200ml                 |                                                                                                                                                                       |
|                    | lekkostrawna<br><br>2166kcal;<br>66,1gB;<br>86,8gT;<br>274,9gW | Zupa mleczna z płatkami miodowymi 290 kcal                                                                                                      | 1,7      | 250ml                        | Zupa kartoflanka 120kcal                                                                   | 9        | 350 ml        | Parówka drobiowa 120kcal<br>Serek kanapkowy 60 kcal<br>Pomidor b/s 3kcal                                                                    | 6<br>7   | 1szt.<br>30g<br>15g   | Podwieczorek:<br>Galaretko 150g                                                                                                                                       |
|                    |                                                                | Jajko gotowane 78kcal<br>Łopatką z pietruszką 80 kcal<br>Ogórek 3 kcal                                                                          | 3<br>6   | 1 szt.<br>+10g<br>30g<br>15g | Sznyceł drobiowy gotowany w sosie jarzynowym 215kcal                                       | 1,7,9    | 120g +<br>80g | Masło 110kcal                                                                                                                               | 7        | 15 g                  |                                                                                                                                                                       |
|                    |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                   | 7        | 15g                          | Ziemniaki gotowane 138 kcal                                                                |          | 200g          | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                    | 1        | 100g                  |                                                                                                                                                                       |
|                    |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                        | 1        | 100g                         | Surówka z marchwi 133kcal                                                                  |          | 120g          |                                                                                                                                             |          |                       |                                                                                                                                                                       |
|                    |                                                                | Herbata z sokiem z cytryny 26kcal                                                                                                               |          | 200ml                        | Kompot bez cukru 56kcal                                                                    |          | 200 ml        | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                      |          | 200ml                 |                                                                                                                                                                       |
|                    | cukrzyca<br><br>2202kcal;<br>64,2gB;<br>90,3gT;<br>289,9gW     | Zupa mleczna z musli 5 zbóż 290 kcal                                                                                                            | 1,7      | 250ml                        | Zupa pejszanka 120kcal                                                                     | 9        | 350 ml        | Parówka drobiowa 120kcal<br>Serek kanapkowy 60 kcal<br>Pomidor 3kcal                                                                        | 6<br>7   | 1szt.<br>30g<br>15g   | Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji<br>Wędlina wieprzowa 40g, masło15g<br>pieczywo razowe 60g<br>298kcal |
|                    |                                                                | Jajko gotowane 78kcal<br>Łopatką z pietruszką 80 kcal<br>Ogórek 3 kcal                                                                          | 3<br>6   | 1 szt.<br>+10g<br>30g<br>15g | Sznyceł drobiowy gotowany w sosie jarzynowym 215kcal                                       | 1,7,9    | 120g +<br>80g | Masło 110kcal                                                                                                                               | 7        | 15 g                  |                                                                                                                                                                       |
|                    |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                   | 7        | 15g                          | Ryż brązowy 236 kcal                                                                       |          | 200g          | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                                                     | 1        | 100g                  |                                                                                                                                                                       |
|                    |                                                                | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                                                         | 1        | 100g                         | Surówka z marchwi 133kcal                                                                  |          | 120g          |                                                                                                                                             |          |                       |                                                                                                                                                                       |
|                    |                                                                | Herbata z sokiem z cytryny 26kcal                                                                                                               |          | 200ml                        | Kompot bez cukru 56kcal                                                                    |          | 200 ml        | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                      |          | 200g                  |                                                                                                                                                                       |
|                    | papkowata                                                      | MIX zupy mlecznej z ryżem 270 kcal<br>MIX z mięso gotowane, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem pietruszki natki i masła 82% (10g) 520kcal | 3,7,10   | 300g<br>350g                 | MIX zupy kartoflanki 120 kcal<br>MIX II kurczaka gotowanego z sosem + ziemniaki + pieczona | 1,9      | 350g<br>400g  | Sok pomidorowy 50kcal<br>MIX II mięso gotowane drobiowo-wieprzowe z gotowanym brokułem, kalafiolem serkiem kanapkowym i pietruszką, 535kcal | 3,7,10   | 100ml<br>300g         |                                                                                                                                                                       |

|  |                                                                       |                                                                                                |        |                             |                                                                                             |     |            |                                                                         |             |                    |  |
|--|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------|--|
|  |                                                                       | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)                                          |        |                             | marchew + masło 82% 15g<br>726kcal<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) |     |            | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)                   |             |                    |  |
|  | Bezmleczna<br>2150kcal;<br>68,4gB;<br>85,8gT;<br>272,1gW              | Jajko gotowane 156kcal<br>Łopatka z pietruszką 214kcal<br>Miód 162kcal<br>Ogórek 3kcal         | 3<br>6 | 2 szt.<br>80g<br>50g<br>15g | Zupa kartoflanka 120kcal                                                                    | 9   | 350 ml     | Parówka drobiowa 120kcal<br>Pasta warzywna 20 kcal<br>Pomidor b/s 3kcal | 6<br>3,9,10 | 1szt<br>60g<br>15g |  |
|  |                                                                       | Margaryna 80kcal                                                                               |        | 15g                         | Sznyceł drobiowy gotowany w sosie jarzynowym niezabielanym 215kcal                          | 1,9 | 120g + 80g | Margaryna 80kcal                                                        |             | 15 g               |  |
|  |                                                                       | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                       | 1      | 100g                        | Ziemniaki gotowane 138 kcal                                                                 |     | 200g       | Pieczywo pszenne 299kcal                                                | 1           | 100g               |  |
|  |                                                                       | Herbata z sokiem z cytryny 26kcal                                                              |        | 200ml                       | Surówka z marchwi 133kcal                                                                   |     | 120g       |                                                                         |             |                    |  |
|  |                                                                       |                                                                                                |        |                             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                     |     | 200 ml     | Herbata owocowa 26kcal                                                  |             | 200ml              |  |
|  | Cukrzycza<br>bezmleczna<br>2168kcal;<br>63,2gB;<br>88,8gT;<br>285,4gW | Jajko gotowane 156kcal<br>Łopatka z pietruszką 214kcal<br>Pasta mięsna 144kcal<br>Ogórek 3kcal | 3<br>6 | 2 szt.<br>80g<br>80g<br>15g | Zupa kartoflanka 120kcal                                                                    | 9   | 350 ml     | Parówka drobiowa 120kcal<br>Pasta warzywna 20 kcal<br>Pomidor b/s 3kcal | 6<br>3,9,10 | 1szt<br>60g<br>15g |  |
|  |                                                                       | Margaryna 80kcal                                                                               |        | 15g                         | Sznyceł drobiowy gotowany w sosie jarzynowym niezabielanym 215kcal                          | 1,9 | 120g + 80g | Margaryna 80kcal                                                        |             | 15 g               |  |
|  |                                                                       | Pieczywo razowe 268kcal                                                                        | 1      | 100g                        | Ryż brązowy 236 kcal                                                                        |     | 200g       | Pieczywo razowe 268kcal                                                 | 1           | 100g               |  |
|  |                                                                       | Herbata z sokiem z cytryny 26kcal                                                              |        | 200ml                       | Surówka z marchwi 133kcal                                                                   |     | 120g       |                                                                         |             |                    |  |
|  |                                                                       |                                                                                                |        |                             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                     |     | 200 ml     | Herbata owocowa 26kcal                                                  |             | 200ml              |  |

| Dzień tygodnia        | Rodzaj diety | Śniadanie                                                                                                                                                                    |              |                   | Obiad                                                                                                                           |          |              | Kolacja                                                                                                                                                                          |          |               | Dodatki                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       |              |                                                                                                                                                                              | Alergeny     | waga              |                                                                                                                                 | Alergeny | waga         |                                                                                                                                                                                  | Alergeny | waga          |                                                                                                                                                                                                                            |
| PONIEDZIAŁEK<br>30.06 | zwykła       | Zupa mleczna z ryżem 270 kcal                                                                                                                                                | 7            | 250ml             | Zupa brokułowa 150kcal                                                                                                          | 7,9      | 350 ml       | Szynka parzona 105kcal<br>Pomidor 3 kcal                                                                                                                                         | 6        | 60g<br>15g    | Dodatkowy<br>posiłek dla<br>cukrzyków<br>Sok pomidorowy<br>150ml<br>21kcal                                                                                                                                                 |
|                       |              | Ser żółty 154kcal<br>Wędlina wieprzowa 60 kcal<br>Ogórek korniszon 2 kcal                                                                                                    | 7<br>6<br>10 | 40g<br>20g<br>15g | Pulpet wieprzowy w sosie<br>pomidorowym 270 kcal                                                                                | 1,3,7    | 120g<br>+80g | Masło 110kcal                                                                                                                                                                    | 7        | 15g           |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       |              | Masło 110kcal                                                                                                                                                                | 7            | 15g               | Ziemniaki gotowane 138<br>kcal                                                                                                  |          | 200g         | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                                         | 1        | 100g          |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       |              | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                                     | 1            | 100g              | Surówka colesław 120kcal                                                                                                        | 3,7,10   | 120g         |                                                                                                                                                                                  |          |               |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       |              | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                                                                                           | 1            | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                         |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                                           |          | 200ml         |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       | lekkostrawna | Zupa mleczna z ryżem 270 kcal                                                                                                                                                | 7            | 250ml             | Zupa brokułowa 150kcal                                                                                                          | 7,9      | 350 ml       | Szynka parzona 105kcal<br>Pomidor b/s 3 kcal                                                                                                                                     | 6        | 60g<br>15g    | Podwieczorek:<br>Jabłko 100g                                                                                                                                                                                               |
|                       |              | Serek kanapkowy 70kcal<br>Wędlina drobiowa 40 kcal<br>Ogórek b/s 3 kcal                                                                                                      | 7<br>6       | 40g<br>20g<br>15g | Pulpet wieprzowy w sosie<br>pomidorowym 270 kcal                                                                                | 1,3,7    | 120g<br>+80g | Masło 110kcal                                                                                                                                                                    | 7        | 15g           |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       |              | Masło 110kcal                                                                                                                                                                | 7            | 15g               | Ziemniaki gotowane 138<br>kcal                                                                                                  |          | 200g         | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                                         | 1        | 100g          |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       |              | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                                     | 1            | 100g              | Pieczony kalafior 33kcal                                                                                                        | 7        | 120g         |                                                                                                                                                                                  |          |               |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       |              | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                                                                                           | 1            | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                         |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                                           |          | 200ml         |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       | cukrzyca     | Zupa mleczna z ryżem<br>brązowym 270 kcal                                                                                                                                    | 7            | 250ml             | Zupa brokułowa 150kcal                                                                                                          | 7,9      | 350 ml       | Szynka parzona 105kcal<br>Pomidor 3 kcal                                                                                                                                         | 6        | 60g<br>15g    | Dodatkowy<br>posiłek nocny<br>dla cukrzyków<br>przyjmujących<br>nocną insulinę<br>(o 21:30) -<br>dodany do<br>kolacji<br>Pasta z twarogu<br>z jogurtem i<br>koprem 40g,<br>masło 15g,<br>pieczywo razowe<br>60g<br>258kcal |
|                       |              | Serek kanapkowy 70kcal<br>Wędlina drobiowa 40 kcal<br>Ogórek korniszon 2 kcal                                                                                                | 7<br>6<br>10 | 40g<br>20g<br>15g | Pulpet wieprzowy w sosie<br>pomidorowym 270 kcal                                                                                | 1,3,7    | 120g<br>+80g | Masło 110kcal                                                                                                                                                                    | 7        | 15g           |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       |              | Masło 110kcal                                                                                                                                                                | 7            | 15g               | Ziemniaki gotowane 138<br>kcal                                                                                                  |          | 200g         | Pieczyw razowe 268kcal                                                                                                                                                           | 1        | 100g          |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       |              | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                                                                                      | 1            | 100g              | Surówka colesław 120kcal                                                                                                        | 3,7,10   | 120g         |                                                                                                                                                                                  |          |               |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       |              | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                                                                                           | 1            | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                         |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                                           |          | 200ml         |                                                                                                                                                                                                                            |
|                       | papkowata    | MIX zupy z ryżem 270 kcal<br>MIX II pasta z twarogu , mięso<br>drobiowe, brokuł, marchewka,<br>masło 82% 363kcal<br>Również dla diety miksowanej<br>do sondy (postać płynna) | 3,7,10       | 300g<br><br>350g  | MIX zupy brokułowej 150<br>kcal<br>MIX II pulpet wieprzowy w<br>sosie + ziemniaki + pieczony<br>kalafior + masło 15g<br>608kcal | 1,3,7,9  | 350g<br>400g | Sok pomidorowy 50kcal<br>MIX –pasta z mięsa drobiowo-<br>wieprzowego, brokuł, jajko, kalafior,<br>masło 82 % 740kcal<br>Również dla diety miksowanej do<br>sondy (postać płynna) | 3,7,10   | 100ml<br>300g |                                                                                                                                                                                                                            |

|  |                                                                   |                                                                                              |                    |                           |                                                       |     |              |                                              |   |            |  |
|--|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------|-----|--------------|----------------------------------------------|---|------------|--|
|  |                                                                   |                                                                                              |                    |                           | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) |     |              |                                              |   |            |  |
|  | Bezmleczna<br>2016kcal;<br>71,5gB;<br>73,5gT;<br>273,8gW          | Wędlina drobiowa 200kcal<br>Paszтет 140kcal<br>Pasta z tuńczyka 130kcal<br>Ogórek b/s 3 kcal | 6<br>1,6<br>3,4,10 | 100g<br>80g<br>30g<br>15g | Zupa brokułowa niezabielana 150kcal                   | 9   | 350 ml       | Szynka parzona 105kcal<br>Pomidor b/s 3 kcal | 6 | 60g<br>15g |  |
|  |                                                                   | Margaryna 80kcal                                                                             |                    | 15 g                      | Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 270 kcal         | 1,3 | 120g<br>+80g | Margaryna 80kcal                             |   | 15g        |  |
|  |                                                                   | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                     | 1                  | 100g                      | Ziemniaki gotowane 138 kcal                           |     | 200g         | Pieczywo pszenne 299kcal                     | 1 | 100g       |  |
|  |                                                                   | Kawa zbożowa 4kcal                                                                           | 1                  | 200ml                     | Pieczony kalafior 33kcal                              |     | 120g         | Herbata owocowa 26kcal                       |   | 200ml      |  |
|  |                                                                   |                                                                                              |                    |                           | Kompot bez cukru 56kcal                               |     | 200 ml       |                                              |   |            |  |
|  | Cukrzyca bezmleczna<br>1954kcal;<br>71,7gB;<br>71,2gT;<br>267,4gW | Wędlina drobiowa 200kcal<br>Paszтет 140kcal<br>Pasta z tuńczyka 130kcal<br>Ogórek b/s 3 kcal | 6<br>1,6<br>3,4,10 | 100g<br>80g<br>30g<br>15g | Zupa brokułowa niezabielana 150kcal                   | 9   | 350 ml       | Szynka parzona 105kcal<br>Pomidor b/s 3 kcal | 6 | 60g<br>15g |  |
|  |                                                                   | Margaryna 80kcal                                                                             |                    | 15 g                      | Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym 270 kcal         | 1,3 | 120g<br>+80g | Margaryna 80kcal                             |   | 15g        |  |
|  |                                                                   | Pieczywo razowe 268kcal                                                                      | 1                  | 100g                      | Ziemniaki gotowane 138 kcal                           |     | 200g         | Pieczywo razowe 268kcal                      | 1 | 100g       |  |
|  |                                                                   | Kawa zbożowa 4kcal                                                                           | 1                  | 200ml                     | Pieczony kalafior 33kcal                              |     | 120g         | Herbata owocowa 26kcal                       |   | 200ml      |  |
|  |                                                                   |                                                                                              |                    |                           | Kompot bez cukru 56kcal                               |     | 200 ml       |                                              |   |            |  |

| Dzień tygodnia | Rodzaj diety                                                   | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                        |          |                         | Obiad                                                                                                                                                           |          |              | Kolacja                                                                                                                                                            |          |                      | Dodatki                                                                                                                                                                     |
|----------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                  | Alergeny | waga                    |                                                                                                                                                                 | Alergeny | waga         |                                                                                                                                                                    | Alergeny | waga                 |                                                                                                                                                                             |
| WTOREK<br>1.07 | zwykła<br><br>2187kcal;<br>80,4gB;<br>79,5gT;<br>297,4gW       | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 270 kcal                                                                                                                                                                                       | 7        | 250ml                   | Zupa koperkowa z ziemniakami 167 kcal                                                                                                                           | 7,9      | 350 ml       | Parówka drobiowa 120 kcal<br>Wędlina wieprzowa 40 kcal<br>Pomidor 5 kcal                                                                                           | 6<br>6   | 1 szt.<br>20g<br>15g | Dodatkowy posiłek dla cukrzyków<br>Maślanka 150ml<br>68kcal                                                                                                                 |
|                |                                                                | Dżem owocowy 45 kcal<br>Wędlina drobiowa 70 kcal<br>Sałata masłowa 1kcal                                                                                                                                                         | 6        | 25g<br>40g<br>1 liść    | Gulasz a'la strogonoff 236kcal                                                                                                                                  | 1,7,10   | 200g         | Masło 110kcal                                                                                                                                                      | 7        | 15g                  |                                                                                                                                                                             |
|                |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                                                                                                    | 7        | 15g                     | Kasza pęczak 228 kcal                                                                                                                                           | 1        | 200g         | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                           | 1        | 100g                 |                                                                                                                                                                             |
|                |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                                                                                         | 1        | 100g                    | Buraczki 105kcal                                                                                                                                                |          | 120g         |                                                                                                                                                                    |          |                      |                                                                                                                                                                             |
|                |                                                                | Herbata zwykła                                                                                                                                                                                                                   |          | 200ml                   | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                                                         |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                             |          | 200ml                |                                                                                                                                                                             |
|                | lekkostrawna<br><br>2167kcal;<br>78,9gB;<br>76,0gT;<br>294,4gW | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 270 kcal                                                                                                                                                                                       | 7        | 250ml                   | Zupa koperkowa z ziemniakami 167 kcal                                                                                                                           | 7,9      | 350 ml       | Parówka drobiowa 120 kcal<br>Wędlina drobiowa 30 kcal<br>Pomidor 5 kcal                                                                                            | 6<br>6   | 1 szt.<br>20g<br>15g | Podwieczorek:<br>Kisiel 150ml                                                                                                                                               |
|                |                                                                | Dżem owocowy 45 kcal<br>Wędlina drobiowa 70 kcal<br>Sałata masłowa 1kcal                                                                                                                                                         | 6        | 25g<br>40g<br>1 liść    | Gulasz a'la strogonoff wersja lekkostrawna 236kcal                                                                                                              | 1,7,10   | 200g         | Masło 110kcal                                                                                                                                                      | 7        | 15g                  |                                                                                                                                                                             |
|                |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                                                                                                    | 7        | 15g                     | Kasza jęczmienna 218 kcal                                                                                                                                       | 1        | 200g         | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                           | 1        | 100g                 |                                                                                                                                                                             |
|                |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                                                                                         | 1        | 100g                    | Buraczki 105kcal                                                                                                                                                |          | 120g         |                                                                                                                                                                    |          |                      |                                                                                                                                                                             |
|                |                                                                | Herbata zwykła                                                                                                                                                                                                                   |          | 200ml                   | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                                                         |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                             |          | 200ml                |                                                                                                                                                                             |
|                | cukrzyca<br><br>2068kcal;<br>76,0gB;<br>76,4gT;<br>277,4gW     | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 270 kcal                                                                                                                                                                                       | 7        | 250ml                   | Zupa koperkowa z ziemniakami 167 kcal                                                                                                                           | 7,9      | 350 ml       | Parówka drobiowa 120 kcal<br>Wędlina wieprzowa 40 kcal<br>Pomidor 5 kcal                                                                                           | 6<br>6   | 1 szt.<br>20g<br>15g | Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji<br>Wędlina wieprzowa 40g ,<br>masło 15g,<br>pieczywo razowe 60g<br>298kcal |
|                |                                                                | Jajko gotowane 78 kcal<br>Wędlina drobiowa 70 kcal<br>Sałata masłowa 1kcal                                                                                                                                                       | 6        | 1 szt.<br>40g<br>1 liść | Gulasz a'la strogonoff 236kcal                                                                                                                                  | 1,7,10   | 200g         | Masło 110kcal                                                                                                                                                      | 7        | 15g                  |                                                                                                                                                                             |
|                |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                                                                                                    | 7        | 15g                     | Kasza pęczak 228 kcal                                                                                                                                           | 1        | 200g         | Pieczyw razowe 268kcal                                                                                                                                             | 1        | 100g                 |                                                                                                                                                                             |
|                |                                                                | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                                                                                                                                          | 1        | 100g                    | Ogórek kiszony 15kcal                                                                                                                                           |          | 120g         |                                                                                                                                                                    |          |                      |                                                                                                                                                                             |
|                |                                                                | Herbata zwykła                                                                                                                                                                                                                   |          | 200ml                   | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                                                         |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                             |          | 200ml                |                                                                                                                                                                             |
|                | papkowata                                                      | MIX zupy mlecznej z płatkami owsianymi 270 kcal<br>MIX z mięsem drobiowym gotowanym, jajko gotowane ,pomidor b/s z dodatkiem pietruszki natki i masła 82% (10g) 420kcal<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) | 3,7,10   | 300g<br>350g            | MIX zupy koperkowej z ziemniakami 167 kcal<br>MIX II gulasz + ziemniaki + buraczki + masło 15g 646kcal<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) | 1,7,9,10 | 350g<br>400g | Sok pomidorowy 50kcal<br>MIX –Jajko gotowane + Parówka drobiowa, włoszczyzna gotowana, masło 82 % 520kcal<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) | 3,6,9,10 | 100ml<br>300g        |                                                                                                                                                                             |

|  |                                                                      |                                                                             |        |                          |                                                                        |      |        |                                                                             |        |                      |  |
|--|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------|------|--------|-----------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------|--|
|  | Bezmleczna<br>2078kcal;<br>77,3gB;<br>71,6gT;<br>285,7gW             | Dżem owocowy 90 kcal<br>Wędlina drobiowa 200 kcal<br>Sałata masłowa 1kcal   | 6      | 50g<br>100g<br>1 liść    | Zupa koperkowa z<br>ziemniakami niezabielana<br>167 kcal               | 9    | 350 ml | Parówka drobiowa 120 kcal<br>Wędlina drobiowa 40 kcal<br>Pomidor b/s 5 kcal | 6<br>6 | 1 szt.<br>20g<br>15g |  |
|  |                                                                      | Margaryna 80kcal                                                            |        | 15g                      | Gulasz a'la strogonoff<br>niezabielany, wersja<br>lekkostrawna 236kcal | 1,10 | 200g   | Masło 110kcal                                                               | 7      | 15g                  |  |
|  |                                                                      | Pieczywo pszenne 299kcal                                                    | 1      | 100g                     | Kasza jęczmienna 218 kcal                                              | 1    | 200g   | Pieczywo pszenne 299kcal                                                    | 1      | 100g                 |  |
|  |                                                                      | Herbata z sokiem z cytryny<br>26kcal                                        |        | 200ml                    | Buraczki 105kcal                                                       |      | 120g   | Herbata owocowa 26kcal                                                      |        | 200ml                |  |
|  |                                                                      |                                                                             |        |                          | Kompot bez cukru 56kcal                                                |      | 200 ml |                                                                             |        |                      |  |
|  | Cukrzyca<br>bezmleczna<br>1924kcal;<br>68,3gB;<br>68,7gT;<br>297,7gW | Jajko gotowane 78 kcal<br>Wędlina drobiowa 200 kcal<br>Sałata masłowa 1kcal | 3<br>6 | 1 szt.<br>100g<br>1 liść | Zupa koperkowa z<br>ziemniakami niezabielana<br>167 kcal               | 9    | 350 ml | Parówka drobiowa 120 kcal<br>Wędlina drobiowa 40 kcal<br>Pomidor b/s 5 kcal | 6<br>6 | 1 szt.<br>20g<br>15g |  |
|  |                                                                      | Margaryna 80kcal                                                            |        | 15g                      | Gulasz a'la strogonoff<br>niezabielany, wersja<br>lekkostrawna 236kcal | 1,10 | 200g   | Masło 110kcal                                                               | 7      | 15g                  |  |
|  |                                                                      | Pieczywo razowe 268kcal                                                     | 1      | 100g                     | Kasza pęczak 228 kcal                                                  | 1    | 200g   | Pieczywo razowe 268kcal                                                     | 1      | 100g                 |  |
|  |                                                                      | Herbata z sokiem z cytryny<br>26kcal                                        |        | 200ml                    | Ogórek kiszony 15kcal                                                  |      | 120g   | Herbata owocowa 26kcal                                                      |        | 200ml                |  |
|  |                                                                      |                                                                             |        |                          | Kompot bez cukru 56kcal                                                |      | 200 ml |                                                                             |        |                      |  |

| Dzień tygodnia | Rodzaj diety                                                   | Śniadanie                                                                                                                                                                               |          |                   | Obiad                                                                                                                            |          |              | Kolacja                                                                                                                                                                          |             |                   | Dodatki                                                                                                                                                                                              |
|----------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                                                                |                                                                                                                                                                                         | Alergeny | waga              |                                                                                                                                  | Alergeny | waga         |                                                                                                                                                                                  | Alergeny    | waga              |                                                                                                                                                                                                      |
| ŚRODA<br>2.07  | Zwykła<br><br>2055kcal;<br>67,8gB;<br>64,2gT;<br>284,3gW       | Zupa mleczna z kaszą jagłaną<br>160 kcal                                                                                                                                                | 7        | 250ml             | Zupa pomidorowa z ryżem<br>155kcal                                                                                               | 7,9      | 350ml        | Pasta warzywna 118kcal<br>Wędlina wieprzowa 60kcal<br>Ogórek kiszony 5kcal                                                                                                       | 3,9,10<br>6 | 30g<br>30g<br>15g | Dodatkowy<br>posiłek dla<br>cukrzyków<br>Kefir naturalny<br>150ml, wafel<br>ryżowy<br>116kcal                                                                                                        |
|                |                                                                | Ser żółty 77 kcal<br>Wędlina wieprzowa 60 kcal<br>Pomidor 3kcal                                                                                                                         | 7<br>6   | 20g<br>30g<br>15g | Racuchy z rabarborem i<br>polewą cynamonową<br>513kcal                                                                           | 1,3,7    | 350g         | Masło 110kcal                                                                                                                                                                    | 7           | 15 g              |                                                                                                                                                                                                      |
|                |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                                                           | 7        | 15g               |                                                                                                                                  |          |              | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                                         | 1           | 120 g             |                                                                                                                                                                                                      |
|                |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                                                | 1        | 120g              |                                                                                                                                  |          |              |                                                                                                                                                                                  |             |                   |                                                                                                                                                                                                      |
|                |                                                                | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                                                                                                      | 1        | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                          |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                                           |             | 200ml             |                                                                                                                                                                                                      |
|                | lekkostrawna<br><br>1985kcal;<br>71,9gB;<br>56,4gT;<br>300,3gW | Zupa mleczna z kaszą jagłaną<br>160 kcal                                                                                                                                                | 7        | 250ml             | Zupa pomidorowa z ryżem<br>155kcal                                                                                               | 7,9      | 350ml        | Pasta warzywna 118kcal<br>Wędlina drobiowa 60kcal<br>Ogórek b/s 5kcal                                                                                                            | 3,9,10<br>6 | 30g<br>30g<br>15g | Podwieczorek:<br>Jogurt owocowy<br>1szt.; cukrzyca –<br>jogurt naturalny<br>1szt.;<br>bezmleczna –<br>owoc 100g                                                                                      |
|                |                                                                | Wędlina drobiowa 30 kcal<br>Serek kanapkowy 35kcal<br>Pomidor 3kcal                                                                                                                     | 6<br>7   | 30g<br>20g<br>15g | Naleśniki z prażonym<br>jabłkiem i polewą<br>jogurtową z cynamonem<br>513kcal                                                    | 1,3,7    | 350g         | Masło 110kcal                                                                                                                                                                    | 7           | 15 g              |                                                                                                                                                                                                      |
|                |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                                                           | 7        | 15g               |                                                                                                                                  |          |              | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                                         | 1           | 120 g             |                                                                                                                                                                                                      |
|                |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                                                | 1        | 120g              |                                                                                                                                  |          |              |                                                                                                                                                                                  |             |                   |                                                                                                                                                                                                      |
|                |                                                                | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                                                                                                      | 1        | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                          |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                                           |             | 200ml             |                                                                                                                                                                                                      |
|                | cukrzyca<br><br>2031kcal;<br>71,9gB;<br>67,7gT;<br>291,2gW     | Zupa mleczna z musli 5 zbóż<br>270 kcal                                                                                                                                                 | 1,7      | 250ml             | Zupa pomidorowa z ryżem<br>brązowym 155kcal                                                                                      | 7,9      | 350ml        | Pasta warzywna 118kcal<br>Wędlina drobiowa 60kcal<br>Ogórek kiszony 5kcal                                                                                                        | 3,9,10<br>6 | 30g<br>30g<br>15g | Dodatkowy<br>posiłek nocny<br>dla cukrzyków<br>przyjmujących<br>nocną insulinę<br>(o 21:30) -<br>dodany do<br>kolacji<br>Wędlina<br>drobiowa 40g,<br>masło 15g,<br>pieczywo razowe<br>60g<br>258kcal |
|                |                                                                | Wędlina drobiowa 30 kcal<br>Serek kanapkowy 35kcal<br>Pomidor 3kcal                                                                                                                     | 6<br>7   | 30g<br>20g<br>15g | Naleśniki pełnoziarniste z<br>prażonym jabłkiem i<br>polewą jogurtową z<br>cynamonem 513kcal                                     | 1,3,7    | 350g         | Masło 110kcal                                                                                                                                                                    | 7           | 15 g              |                                                                                                                                                                                                      |
|                |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                                                           | 7        | 15g               |                                                                                                                                  |          |              | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                                                                                          | 1           | 120 g             |                                                                                                                                                                                                      |
|                |                                                                | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                                                                                                 | 1        | 120g              |                                                                                                                                  |          |              |                                                                                                                                                                                  |             |                   |                                                                                                                                                                                                      |
|                |                                                                | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                                                                                                      | 1        | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                          |          | 200ml        | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                                           |             | 200ml             |                                                                                                                                                                                                      |
|                | papkowata                                                      | MIX zupy mlecznej z kaszą<br>jagłaną 160 kcal<br>MIX II pasta drobiowa z<br>warzywami, jajko gotowane,<br>masło 82% 463kcal<br>Również dla diety miksowanej<br>do sondy (postać płynna) | 3,7,10   | 300g<br>350g      | MIX zupy pomidorowej z<br>ryżem 155 kcal<br>MIX II pulpet drobiowego<br>+ ziemniaki + gotowane<br>warzywa + masło 15g<br>554kcal | 1,3,7,9  | 300g<br>350g | Sok pomidorowy 50kcal<br>MIX –pasta z mięsa drobiowo-<br>wieprzowego, brokuł, jajko, kalafior,<br>masło 82 % 510kcal<br>Również dla diety miksowanej do<br>sondy (postać płynna) | 3,7,10      | 100ml<br>300g     |                                                                                                                                                                                                      |

|                                                                       |                                                                                                                                                                            |        |            |                                                                                    |                                                       |        |                                                                       |             |                   |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------|--|--|
|                                                                       |                                                                                                                                                                            |        |            |                                                                                    | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) |        |                                                                       |             |                   |  |  |
| Bezmleczna<br><br>2074kcal;<br>71,9gB;<br>62,6gT;<br>303,8gW          | Wędlina drobiowa (2 rodzaje) 100kcal<br>Miód 227kcal<br>Pomidor 3kcal<br><br>Margaryna 80kcal<br><br>Pieczywo pszenne 299kcal<br><br>Kawa zbożowa 4kcal<br><br>            | 6      | 100g       | Zupa pomidorowa z ryżem niezabielana 155kcal                                       | 9                                                     | 350ml  | Pasta warzywna 197kcal<br>Wędlina drobiowa 60kcal<br>Ogórek b/s 5kcal | 3,9,10<br>6 | 50g<br>30g<br>15g |  |  |
|                                                                       |                                                                                                                                                                            |        | 70g<br>15g | Naleśniki na mleku owsianym z prażonym jabłkiem i cynamonem 483kcal                | 1,3                                                   | 300g   | Margaryna 80kcal                                                      |             | 15g               |  |  |
|                                                                       |                                                                                                                                                                            | 1      | 100g       |                                                                                    |                                                       |        | Pieczywo pszenne 299kcal                                              | 1           | 100g              |  |  |
|                                                                       |                                                                                                                                                                            | 1      | 200ml      |                                                                                    |                                                       |        | Herbata owocowa 26kcal                                                |             | 200ml             |  |  |
|                                                                       |                                                                                                                                                                            |        |            | Kompot bez cukru 56kcal                                                            |                                                       | 200 ml |                                                                       |             |                   |  |  |
|                                                                       |                                                                                                                                                                            |        |            |                                                                                    |                                                       |        |                                                                       |             |                   |  |  |
| Cukrzyca bezmleczna<br><br>2001kcal;<br>68,2gB;<br>64,2gT;<br>295,5gW | Wędlina drobiowa (2 rodzaje) 100kcal<br>Pasta z tuńczyka 216kcal<br>Pomidor 3kcal<br><br>Margaryna 80kcal<br><br>Pieczywo razowe 268kcal<br><br>Kawa zbożowa 4kcal<br><br> | 6      | 100g       | Zupa pomidorowa z ryżem brązowym niezabielana 155kcal                              | 9                                                     | 350ml  | Pasta warzywna 197kcal<br>Wędlina drobiowa 60kcal<br>Ogórek b/s 5kcal | 3,9,10<br>6 | 50g<br>30g<br>15g |  |  |
|                                                                       |                                                                                                                                                                            | 3,4,10 | 50g<br>15g | Naleśniki pełnoziarniste na mleku owsianym z prażonym jabłkiem i cynamonem 483kcal | 1,3                                                   | 300g   | Margaryna 80kcal                                                      |             | 15g               |  |  |
|                                                                       |                                                                                                                                                                            | 1      | 100g       |                                                                                    |                                                       |        | Pieczywo razowe 268kcal                                               | 1           | 100g              |  |  |
|                                                                       |                                                                                                                                                                            | 1      | 200ml      |                                                                                    |                                                       |        | Herbata owocowa 26kcal                                                |             | 200ml             |  |  |
|                                                                       |                                                                                                                                                                            |        |            | Kompot bez cukru 56kcal                                                            |                                                       | 200 ml |                                                                       |             |                   |  |  |
|                                                                       |                                                                                                                                                                            |        |            |                                                                                    |                                                       |        |                                                                       |             |                   |  |  |

| Dzień tygodnia   | Rodzaj diety                                                   | Śniadanie                                                                                                                                         |            |                   | Obiad                                                                                                                         |          |              | Kolacja                                                                                                                                                                |          |                     | Dodatki                                                                                                                                                           |
|------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                  |                                                                |                                                                                                                                                   | Alergeny   | waga              |                                                                                                                               | Alergeny | waga         |                                                                                                                                                                        | Alergeny | waga                |                                                                                                                                                                   |
| CZWARTEK<br>3.07 | zwykła<br><br>2141kcal;<br>89,1gB;<br>68,4gT;<br>293,5gW       | Zupa mleczna z makaronem 270 kcal                                                                                                                 | 1,7        | 250ml             | Zupa jarzynowa 150 kcal                                                                                                       | 7,9      | 350 ml       | Wędlina drobiowa 70 kcal<br>Serek topiony 80 kcal<br>Ogórek 5kcal                                                                                                      | 6<br>7   | 40g<br>1szt.<br>15g | Dodatkowy posiłek dla cukrzyków<br>Sok pomidorowy 150ml 21kcal                                                                                                    |
|                  |                                                                | Pasta jajeczna 80 kcal<br>Polędwica sopocka 40kcal<br>Pomidor 3 kcal                                                                              | 3,10<br>6  | 40g<br>20g<br>15g | Pieczeń drobiowo-wieprzowa w sosie pieczarkowym 283kcal                                                                       | 1,3,7    | 120g + 80g   | Masło 110kcal                                                                                                                                                          | 7        | 15 g                |                                                                                                                                                                   |
|                  |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                     | 7          | 15g               | Ziemniaki 138kcal                                                                                                             |          | 200g         | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                               | 1        | 120 g               |                                                                                                                                                                   |
|                  |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                          | 1          | 100g              | Duszona marchew z burakiem 122kcal                                                                                            | 7        | 120g         |                                                                                                                                                                        |          |                     |                                                                                                                                                                   |
|                  |                                                                | Herbata zwykła                                                                                                                                    |            | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                       |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                                 |          | 200ml               |                                                                                                                                                                   |
|                  | lekkostrawna<br><br>2151kcal;<br>81,8gB;<br>73,6gT;<br>291,0gW | Zupa mleczna z makaronem 270 kcal                                                                                                                 | 1,7        | 250ml             | Zupa jarzynowa 150 kcal                                                                                                       | 7,9      | 350 ml       | Wędlina drobiowa 70 kcal<br>Serek kanapkowy 90 kcal<br>Ogórek b/s 5kcal                                                                                                | 6<br>7   | 30g<br>30g<br>15g   | Podwieczorek:<br>Biszkopt 3szt.;<br>cukrzyca – ciastko zbożowe 1szt.                                                                                              |
|                  |                                                                | Pasta jajeczna 80 kcal<br>Polędwica sopocka 40kcal<br>Pomidor 3 kcal                                                                              | 3,10<br>6  | 40g<br>20g<br>15g | Pieczeń drobiowo-wieprzowa w sosie koperkowym 283kcal                                                                         | 1,3,7    | 120g + 80g   | Masło 110kcal                                                                                                                                                          | 7        | 15 g                |                                                                                                                                                                   |
|                  |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                     | 7          | 15g               | Ziemniaki 138kcal                                                                                                             |          | 200g         | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                               | 1        | 120 g               |                                                                                                                                                                   |
|                  |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                          | 1          | 100g              | Duszona marchew z burakiem 122kcal                                                                                            | 7        | 120g         |                                                                                                                                                                        |          |                     |                                                                                                                                                                   |
|                  |                                                                | Herbata zwykła                                                                                                                                    |            | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                       |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                                 |          | 200ml               |                                                                                                                                                                   |
|                  | cukrzyca<br><br>2089cal;<br>88,4gB;<br>66,4gT;<br>291,7gW      | Zupa mleczna z makaronem razowym 270 kcal                                                                                                         | 1,7        | 250ml             | Zupa jarzynowa 150 kcal                                                                                                       | 7,9      | 350 ml       | Wędlina drobiowa 70 kcal<br>Serek kanapkowy 90 kcal<br>Ogórek 5kcal                                                                                                    | 6<br>7   | 30g<br>30g<br>15g   | Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji<br>Wędlina wieprzowa 40g, masło 15g, pieczywo razowe 60g 298kcal |
|                  |                                                                | Pasta jajeczna 80 kcal<br>Polędwica sopocka 40kcal<br>Pomidor 3 kcal                                                                              | 3,10<br>6  | 40g<br>20g<br>15g | Pieczeń drobiowo-wieprzowa w sosie pieczarkowym 283kcal                                                                       | 1,3,7    | 120g + 80g   | Masło 110kcal                                                                                                                                                          | 7        | 15 g                |                                                                                                                                                                   |
|                  |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                     | 7          | 15g               | Ziemniaki 138kcal                                                                                                             |          | 200g         | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                                                                                | 1        | 120 g               |                                                                                                                                                                   |
|                  |                                                                | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                                                           | 1          | 100g              | Duszona marchew z burakiem 122kcal                                                                                            | 7        | 120g         |                                                                                                                                                                        |          |                     |                                                                                                                                                                   |
|                  |                                                                | Herbata zwykła                                                                                                                                    |            | 200ml             | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                                       |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                                                                                 |          | 200ml               |                                                                                                                                                                   |
|                  | papkowata                                                      | MIX zupy mlecznej z makaronem 270 kcal<br>MIX z wędliny drobiowej, serka kanapkowego, pasta warzywna, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g) 490kcal | 1,3,6,7,10 | 300g<br>350g      | MIX zupy jarzynowej 150kcal<br>MIX II pieczeń drobiowo-wieprzowa + ziemniaki + duszona marchew z burakiem + masło 15g 654kcal | 1,3,7,9  | 350g<br>400g | Sok pomidorowy 50kcal<br>MIX –pasta z mięsa drobiowo-wieprzowego, brokuł, jajko, kalafior, masło 82 % 510kcal<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) | 3,7,10   | 100ml<br>300g       |                                                                                                                                                                   |

|                                                                  |  |                                                                            |           |                        |                                                       |   |        |                                                                         |              |                   |  |
|------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------|-------------------------------------------------------|---|--------|-------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------|--|
|                                                                  |  | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)płynna)               |           |                        | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) |   |        |                                                                         |              |                   |  |
| Bezmleczna<br>2157kcal;<br>89,5gB;<br>69,8gT;<br>298,5gW         |  | Pasta jajeczna 240kcal<br>Polędwica sopocka 160 kcal<br>Pomidor 4 kcal b/s | 3,10<br>6 | 120g<br><br>80g<br>15g | Zupa jarzynowa niezabielana 150 kcal                  | 9 | 350 ml | Wędlina drobiowa 70 kcal<br>Pasta warzywna 119 kcal<br>Ogórek b/s 5kcal | 6,<br>3,9,10 | 40g<br>30g<br>15g |  |
|                                                                  |  | Margaryna 80kcal                                                           |           |                        |                                                       |   |        |                                                                         |              |                   |  |
|                                                                  |  | Pieczywo pszenne 299kcal                                                   |           |                        |                                                       |   |        |                                                                         |              |                   |  |
|                                                                  |  | Herbata z sokiem z cytryny 26kcal                                          |           |                        |                                                       |   |        |                                                                         |              |                   |  |
|                                                                  |  |                                                                            |           |                        |                                                       |   |        |                                                                         |              |                   |  |
| Cukrzyca bezmleczna<br>2095cal;<br>85,9gB;<br>64,7gT;<br>294,0gW |  | Pasta jajeczna 240kcal<br>Polędwica sopocka 160 kcal<br>Pomidor 4 kcal b/s | 3,10<br>6 | 120g<br><br>80g<br>15g | Zupa jarzynowa niezabielana 150 kcal                  | 9 | 350 ml | Wędlina drobiowa 70 kcal<br>Pasta warzywna 119 kcal<br>Ogórek 5kcal     | 6<br>3,9,10  | 40g<br>30g<br>15g |  |
|                                                                  |  | Margaryna 80kcal                                                           |           |                        |                                                       |   |        |                                                                         |              |                   |  |
|                                                                  |  | Pieczywo razowe 268kcal                                                    |           |                        |                                                       |   |        |                                                                         |              |                   |  |
|                                                                  |  | Herbata z sokiem z cytryny 26kcal                                          |           |                        |                                                       |   |        |                                                                         |              |                   |  |
|                                                                  |  |                                                                            |           |                        |                                                       |   |        |                                                                         |              |                   |  |
|                                                                  |  |                                                                            |           |                        | Kompot bez cukru 56kcal                               |   | 200 ml |                                                                         |              |                   |  |

| Dzień tygodnia | Rodzaj diety                                                   | Śniadanie                                                                                                                                                            |          |              | Obiad                                                                                                          |          |              | Kolacja                                                                                                             |          |               | Dodatki                                                                                                                                                          |
|----------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                                                                |                                                                                                                                                                      | Alergeny | waga         |                                                                                                                | Alergeny | waga         |                                                                                                                     | Alergeny | waga          |                                                                                                                                                                  |
| PIĄTEK<br>4.07 | zwykła<br><br>2067kcal;<br>82,9gB;<br>67,5gT;<br>291,9gW       | Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 270kcal                                                                                                                       | 1,7      | 250ml        | Zupa rosolnik z ryżem 155 kcal                                                                                 | 9        | 350ml        | Salatka ryżowa z kurczakiem z majonezem 240kcal                                                                     | 1,3,6,10 | 200g          | Dodatkowy posiłek dla cukrzyków<br>Maślanka 150ml,<br>wafel ryżowy 107kcal                                                                                       |
|                |                                                                | Pasta z twarogu półtłustego 110 kcal<br>Ogórek 3 kcal                                                                                                                | 7        | 60g<br>15g   | Ryba panierowana 182kcal                                                                                       | 1,3,4    | 120g         | Masło 110kcal                                                                                                       | 7        | 15 g          |                                                                                                                                                                  |
|                |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                                        | 7        | 15g          | Ziemniaki 138kcal                                                                                              |          | 200g         | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                            | 1        | 100g          |                                                                                                                                                                  |
|                |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                             | 1        | 100g         | Surówka z kiszonej kapusty 65 kcal                                                                             |          | 120g         |                                                                                                                     |          |               |                                                                                                                                                                  |
|                |                                                                | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                                                                                   | 1        | 200ml        | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                        |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                              |          | 200ml         |                                                                                                                                                                  |
|                | lekkostrawna<br><br>2004kcal;<br>84,9gB;<br>54,5gT;<br>292,0gW | Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 270kcal                                                                                                                       | 1,7      | 250ml        | Zupa rosolnik z ryżem 155 kcal                                                                                 | 9        | 350 ml       | Salatka ryżowa z kurczakiem z jogurtem naturalnym 240kcal                                                           | 1,3,6,7  | 200g          | Podwieczorek:<br>Galaretki 150g                                                                                                                                  |
|                |                                                                | Pasta z twarogu półtłustego 110 kcal<br>Ogórek b/s 3 kcal                                                                                                            | 7        | 60g<br>15g   | Ryba pieczona 126kcal                                                                                          | 4        | 120g         | Masło 110kcal                                                                                                       | 7        | 15 g          |                                                                                                                                                                  |
|                |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                                        | 7        | 15g          | Ziemniaki 138kcal                                                                                              |          | 200g         | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                            | 1        | 100g          |                                                                                                                                                                  |
|                |                                                                | Pieczywo pszenne 299kcal                                                                                                                                             | 1        | 100g         | Gotowany brokuł 58kcal                                                                                         |          | 120g         |                                                                                                                     |          |               |                                                                                                                                                                  |
|                |                                                                | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                                                                                   | 1        | 200ml        | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                        |          | 200 ml       | Herbata owocowa 26kcal                                                                                              |          | 200ml         |                                                                                                                                                                  |
|                | cukrzyca<br><br>1969kcal;<br>81,2gB;<br>57,0gT;<br>289,3gW     | Zupa mleczna z musli 5 zbóż 290kcal                                                                                                                                  | 1,7      | 250ml        | Zupa rosolnik z ryżem brązowym 155 kcal                                                                        | 9        | 350ml        | Salatka ryżowa z kurczakiem z jogurtem naturalnym 240kcal                                                           | 1,3,6,7  | 200g          | Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji<br>Pomidor 50g,<br>masło 15g,<br>pieczywo razowe 60g<br>228kcal |
|                |                                                                | Pasta z twarogu półtłustego 110 kcal<br>Ogórek 3 kcal                                                                                                                | 7        | 60g<br>15g   | Ryba pieczona 126kcal                                                                                          | 4        | 80g+50g      | Masło 110kcal                                                                                                       | 7        | 15 g          |                                                                                                                                                                  |
|                |                                                                | Masło 110kcal                                                                                                                                                        | 7        | 15g          | Ziemniaki 138kcal                                                                                              |          | 180g         | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                             | 1        | 100g          |                                                                                                                                                                  |
|                |                                                                | Pieczywo razowe 268kcal                                                                                                                                              | 1        | 100g         | Surówka z kiszonej kapusty 65 kcal                                                                             |          | 140g         |                                                                                                                     |          |               |                                                                                                                                                                  |
|                |                                                                | Kawa zbożowa 4kcal                                                                                                                                                   | 1        | 200ml        | Kompot bez cukru 56kcal                                                                                        |          | 200ml        | Herbata owocowa 26kcal                                                                                              |          | 200g          |                                                                                                                                                                  |
|                | papkowata                                                      | MIX zupy z płatkami 270kcal<br>MIX II pasta z twarogu, mięso drobiowe, brokuł, marchewka, masło 82% 363kcal<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) | 1,3,7,10 | 300g<br>350g | MIX zupy rosolniku z ryżem 155 kcal<br>MIX ryby pieczonej + ziemniaki<br>+ gotowany brokuł + masło 82% 624kcal | 1,4,7,9  | 300g<br>350g | Sok pomidorowy 50kcal<br>MIX II sałatki jarzynowej 545kcal<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) | 1,3,6,7  | 100ml<br>300g |                                                                                                                                                                  |

|                                                                          |                                                                                                |      |        |                                         |                                                       |        |                                                 |          |       |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------|----------|-------|--|--|
|                                                                          |                                                                                                |      |        |                                         | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) |        |                                                 |          |       |  |  |
| Bezmleczna<br><br>1924kcal;<br>75,5gB;<br>52,3gT;<br>288,3gW             | Pasta mięsna 144kcal<br>Jajko gotowane 156kcal<br>Wędlina drobiowa 40kcal<br>Ogórek b/s 3 kcal | 3,10 | 80g    | Zupa rosolnik z ryżem 155 kcal          | 9                                                     | 350ml  | Sałatka ryżowa z kurczakiem z majonezem 240kcal | 1,3,6,10 | 200g  |  |  |
|                                                                          |                                                                                                | 3    | 2 szt. |                                         |                                                       |        |                                                 |          |       |  |  |
|                                                                          |                                                                                                | 6    | 20g    |                                         |                                                       |        |                                                 |          |       |  |  |
|                                                                          |                                                                                                |      | 15g    | Ryba pieczona 126kcal                   | 4                                                     | 120g   | Margaryna 80kcal                                |          | 15 g  |  |  |
|                                                                          |                                                                                                |      |        | Ziemniaki 138kcal                       |                                                       | 200g   | Pieczywo pszenne 299kcal                        | 1        | 100g  |  |  |
|                                                                          |                                                                                                |      |        |                                         |                                                       |        |                                                 |          |       |  |  |
|                                                                          | Kawa zbożowa 4kcal                                                                             | 1    | 200ml  | Gotowany brokuł 58kcal                  |                                                       | 120g   |                                                 |          |       |  |  |
|                                                                          |                                                                                                |      |        | Kompot bez cukru 56kcal                 |                                                       | 200 ml | Herbata owocowa 26kcal                          |          | 200ml |  |  |
| Cukrzyca<br>bezmleczna<br><br>1904kcal;<br>78,8gB;<br>52,8gT;<br>280,2gW | Pasta mięsna 144kcal<br>Jajko gotowane 156kcal<br>Wędlina drobiowa 40kcal<br>Ogórek b/s 3 kcal | 3,10 | 80g    | Zupa rosolnik z ryżem brązowym 155 kcal | 9                                                     | 350ml  | Sałatka ryżowa z kurczakiem z majonezem 240kcal | 1,3,6,10 | 200g  |  |  |
|                                                                          |                                                                                                | 3    | 2 szt. |                                         |                                                       |        |                                                 |          |       |  |  |
|                                                                          |                                                                                                | 6    | 20g    |                                         |                                                       |        |                                                 |          |       |  |  |
|                                                                          |                                                                                                |      | 15g    | Ryba pieczona 126kcal                   | 4                                                     | 120g   | Margaryna 80kcal                                |          | 15 g  |  |  |
|                                                                          |                                                                                                |      |        | Ziemniaki 138kcal                       |                                                       | 200g   | Pieczywo pszenne 299kcal                        | 1        | 100g  |  |  |
|                                                                          |                                                                                                |      |        |                                         |                                                       |        |                                                 |          |       |  |  |
|                                                                          | Kawa zbożowa 4kcal                                                                             | 1    | 200ml  | Gotowany brokuł                         |                                                       | 120g   |                                                 |          |       |  |  |
|                                                                          |                                                                                                |      |        | Kompot bez cukru 56kcal                 |                                                       | 200 ml | Herbata owocowa 26kcal                          |          | 200ml |  |  |