

## 29.04.2016 PIĄTEK

Posiłki	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTAWIANA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA BEZMLECZNA
śniadani e	Zupa mleczna z kaszą, kukurydzianą 400g Chleb graham 150g Tłuszcz do smarowania 20g Twaróg plasterki 60g Kawa zbożowa b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszą, kukurydzianą 400g Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Ser Gouda 60g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą, kukurydzianą 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Twaróg plasterki 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą, kukurydzianą 400g Chleb pszenny 150g Twaróg plasterki 70g Kawa zbożowa 250ml	Kasza owocowa b/m 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Dżem 70g Kawa zbożowa b/m 250ml
II śniadanie	Jabłko ok 100g				
obiad	Krupnik 400ml Ziemniaki 250g Jajo 2szt w sosie koperkowym 80ml Surówka z białej kapusty 100g Kompot b/c 250ml	Krupnik 400ml Ziemniaki 250g Jajo 2szt w sosie koperkowym 80ml Surówka z białej kapusty 100g Kompot 250ml	Krupnik 400ml Ziemniaki 250g Jajo 2szt w sosie koperkowym 80ml Surówka z białej kapusty 100g Kompot 250ml	Krupnik 400ml Ziemniaki 250g Pirogi ruskie 6szt Surówka z białej kapusty 100g Kompot 250ml	Krupnik 400ml Ziemniaki 250g Jajo 2szt w sosie koperkowym 80ml Surówka z białej kapusty 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb graham 200g Tłuszcz do smarowania 20g Kiełbasa zielonogórska 70g Herbata b/c 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Kiełbasa zielonogórska 70g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Kiełbasa zielonogórska 70g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Kiełbasa zielonogórska 70g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Kiełbasa zielonogórska 70g Herbata 250ml
II kolacja	Pierś z warzywami 30g				

**DIETETYK**

*Janna Bogacz*

## 30.04.2016 SOBOTA

Posiłki	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTAWANA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA BEZMLECZNA
śniadanie	Zupa mleczna z makaronem pszennym 400g Chleb graham 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztet dr. zapiiekany 60g Kawa zbożowa b/c 250ml	Zupa mleczna z makaronem pszennym 400g Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztet dr. zapiiekany 60g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z makaronem pszennym 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztet dr. zapiiekany 60g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z makaronem pszennym 400g Chleb pszenny 150g Pasztet dr. zapiiekany 60g Kawa zbożowa 250ml	Kukurydzianka b/m 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztet dr. zapiiekany 60g Kawa zbożowa b/m 250ml
II śniadanie	Kiwi ok. 50g				
obiad	Szpinakowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Wątróbka drobiowa 150g warzywa got. 100g Kompot b/c 250ml	Szpinakowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Wątróbka drobiowa 150g Ogórek kiszony 100g Kompot 250ml	Szpinakowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Wątróbka drobiowa 150g warzywa got. 100g Kompot 250ml	Szpinakowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Wątróbka drobiowa 150g warzywa got. 100g Kompot 250ml	Szpinakowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Wątróbka drobiowa 150g warzywa got. 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb graham 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szywnka Germazego 60g Sałata 10g Herbata b/c 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szywnka Germazego 60g Ogórek konserwowy 20g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szywnka Germazego 60g Sałata 10g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Szywnka Germazego 60g Sałata 10g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szywnka Germazego 60g Sałata 10g Herbata 250ml
II kolacja	Szywnka gotowana 30g				

DIETNIK

*Joanna Bogacz*

## 01.05.2016 NIEDZIELA

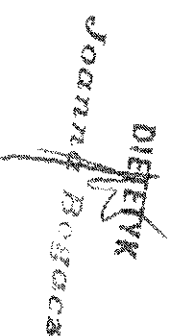
Posiłki	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTAWANA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA BEZMLECZNA
śniadanie	Kakao b/c 250ml Chleb graham 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. 1 szt	Kakao 250ml Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka 1 szt Ketchup 20g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. 1 szt	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Szyńska Germazego 60g	Herbata 250ml Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. 1 szt
II śniadanie	Jabłko ok. 100g				
obiad	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot b/c 250ml	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml	Rosół chudy 400ml Ziemniaki 250g udko b/s 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb graham 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g pomidor 20g Herbata b/c 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Salami 60g pomidor 20g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g pomidor 20g Herbata 250 ml	Chleb pszenny 200g Szyńska konserwowa 60g pomidor 20g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g pomidor 20g Herbata 250ml
II kolacja	Ogonówka 30g				

**DIETA**

*Joanna Bogacz*

## 02.05.2016 PONIEDZIAŁEK

Posiłki	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTAWANA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA BEZMLECZNA
śniadani e	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400g Chleb graham 150g Tuszc do smarowania 20g Twaróg z zieleniną 70g Kawa zbożowa b/c 250ml	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400g Chleb zwykły 150g Tuszc do smarowania 20g Twaróg waniliowy 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400g Chleb pszenny 150g Tuszc do smarowania 20g Twaróg z zieleniną 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400g Chleb pszenny 150g Twaróg z zieleniną 70g Kawa zbożowa 250ml	kukurudzianka b/m 400g Chleb pszenny 150g Tuszc do smarowania 20g Dżem 70g Kawa zbożowa b/m 250ml
II śniadanie	Mandarynka ok. 70g				
obiad	Zupa z zielonego groszku 400ml Risotto 300g Sos pomidorowy 100g Kompot b/c 250ml	Zupa z zielonego groszku 400ml Risotto 300g Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku 400ml Risotto 300g Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku 400ml Risotto 300g Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku 400ml Risotto 300g Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb graham 200g Tuszc do smarowania 20g Pasta z wędlin 60g Herbata b/c 250ml	Chleb zwykły 200g Tuszc do smarowania 20g Pasta z wędlin 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tuszc do smarowania 20g Pasta z wędlin 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Pasta z wędlin 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tuszc do smarowania 20g Pasta z wędlin 60g Herbata 250ml
II kolacja	Szynka gotowana 30g				

  
**DIETETYK**  
 Joanna Bogacz

## 03.05.2016 WTOREK

Posiłki	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTAWANA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA BEZMŁECZNA
śniadani e	Kakao b/c 250ml Chleb graham 150g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Pomidor 20g	Kakao 250ml Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Pomidor 20g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Pomidor 20g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Szyńska konserwowa 60g Pomidor 20g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Pomidor 20g
II śniadanie	Jabłko ok. 100g				
obiad	Pomidorowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Sztuka mięsa 70g w sosie pieczeniowym 80m Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot b/c 250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Sztuka mięsa 70g w sosie pieczeniowym 80m Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot 250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Sztuka mięsa 70g w sosie pieczeniowym 80m Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot 250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Sztuka mięsa 70g w sosie pieczeniowym 80m Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot 250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Sztuka mięsa 70g w sosie pieczeniowym 80m Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb graham 200g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwica z udźcem 60g Herbata b/c 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwica z udźcem 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwica z udźcem 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Polędwica z udźcem 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwica z udźcem 60g Herbata 250ml
II kolacja	Ogonówka 30g				

**DIETYK**

Joanna Bogacz



## 04.05.2016 ŚRODA

Posiłki	DIETA CIKRZYCYCOWA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTAWIANA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA BEZMLECZNA
śniadani e	Zupa mleczna z kaszą manną 400g Chleb graham 150g Tuszcz do smarowania 20g Twarożek z zieleniną 70g Kawa zbożowa b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 400g Chleb zwykły 150g Tuszcz do smarowania 20g Kostka topiona 50g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 400g Chleb pszenny 150g Tuszcz do smarowania 20g Twarożek z zieleniną 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 400g Chleb pszenny 150g Twarożek z zieleniną 70g Kawa zbożowa 250ml	Kasza ryżowa na wodzie 400g Chleb pszenny 150g Tuszcz do smarowania 20g Twarożek z zieleniną 70g Kawa zbożowa b/m 250ml
II śniadanie	Gruszka ok. 150g				
obiad	Kartoflanka 400ml Makaron z mięsem i warzywami 300g Kompot b/c 250ml	Kartoflanka 400ml Łazanki z kielbasą 300g Kompot 250ml	Kartoflanka 400ml Makaron z mięsem i warzywami 300g Kompot 250ml	Kartoflanka 400ml Makaron z mięsem i warzywami 300g Kompot 250ml	Kartoflanka 400ml Makaron z mięsem i warzywami 300g Kompot 250ml
kolacja	Chleb graham 200g Tuszcz do smarowania 20g Pieczeń rzymska 60g Herbata b/c 250ml	Chleb zwykły 200g Tuszcz do smarowania 20g Pieczeń rzymska 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tuszcz do smarowania 20g Pieczeń rzymska 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Pieczeń rzymska 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tuszcz do smarowania 20g Pieczeń rzymska 60g Herbata 250ml
II kolacja	Pasztet drobiowy zapiekany 30g				

**DIETYK**

*Joanna Bogacz*



## 05.05.2016 CZWARTEK

Posiłki	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTAWIANA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA BEZMŁECZNA
śniadani e	Zupa mleczna z zacierką 400g Chleb graham 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztetowa drobiowa 70g Kawa zbożowa b/c 250ml	Zupa mleczna z zacierką 400g Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztetowa drobiowa 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z zacierką 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztetowa drobiowa 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z zacierką 400g Chleb pszenny 150g Pasztetowa drobiowa 70g Kawa zbożowa 250ml	Ryż na wodzie 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztetowa drobiowa 70g Kawa zbożowa b/m 250ml
II śniadanie	Jabłko ok. 100g				
obiad	Ogórkowa 400ml Kopytka 250g Sos mięśno-pieczeniowy 150g Surówka szwedzka 100g Kompot b/c 250ml	Ogórkowa 400ml Kopytka 250g Sos mięśno- pieczeniowy 150g Surówka szwedzka 100g Kompot 250ml	Ogórkowa 400ml Kopytka 250g Sos mięśno- pieczeniowy 150g Surówka szwedzka 100g Kompot 250ml	Ogórkowa 400ml Kopytka 250g Sos mięśno-pieczeniowy 150g Surówka szwedzka 100g Kompot 250ml	Ogórkowa 400ml Kopytka 250g Sos mięśno-pieczeniowy 150g Surówka szwedzka 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb graham 200g Tłuszcz do smarowania 20g Sałatka makaronowa 80g Herbata b/c 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Sałatka makaronowa 80g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Sałatka makaronowa 80g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Sałatka makaronowa bez majonezu 80g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Sałatka makaronowa 80g Herbata 250ml
II kolacja	Ogonówka 30g				

**DIETETYK**

*Joanna Bogaca*

## 06.05.2016 PIĄTEK

Posiłki	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTAWANA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA BEZMLECZNA
śniadani e	Zupa mleczna z ryżem 400g Chleb graham 150g Tuszc do smarowania 20g Ser Gouda 60g Kawa zbożowa b/c 250ml	Zupa mleczna z ryżem 400g Chleb zwykły 150g Tuszc do smarowania 20g Dżem 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z ryżem 400g Chleb pszenny 150g Tuszc do smarowania 20g Dżem 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z ryżem 400g Chleb pszenny 150g Dżem 70g Kawa zbożowa 250ml	Kaszka owocowa b/m 400g Chleb pszenny 150g Tuszc do smarowania 20g Dżem 70g Kawa zbożowa b/m 250ml
II śniadanie	Kiwi ok. 50g				
obiad	Barszcz czerwony 400ml Ziemniaki 250g Filet rybny gotowany 70g Sos grecki 100g Kompot b/c 250ml	Barszcz czerwony 400ml Ziemniaki 250g Koltet rybny 70g Sos grecki 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 400ml Ziemniaki 250g Filet rybny gotowany 70g Sos grecki 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 400ml Ziemniaki 250g Filet rybny gotowany 70g Sos grecki 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 400ml Ziemniaki 250g Filet rybny gotowany 70g Sos grecki 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb graham 200g Tuszc do smarowania 20g Jaja 2szt Herbata b/c 250ml	Chleb zwykły 200g Tuszc do smarowania 20g Jaja 2szt Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tuszc do smarowania 20g Jaja 2szt Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Jaja 2szt Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tuszc do smarowania 20g Jaja 2szt Herbata 250ml
II kolacja	Pierś z warzywami 30g				

**DIETETYK**

*Joanna Bogacz*



## 07.05.2016 SOBOTA

Posiłki	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTAWANA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA BEZMLECZNA
śniadani e	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400g Chleb graham 150g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwiczanka 60g Sałata 10g Kawa zbożowa b/c 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400g Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Sałateson 60g Ogórek kiszony 20g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwiczanka 60g Sałata 10g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400g Chleb pszenny 150g Chleb pszenny 150g Polędwiczanka 60g Sałata 10g Kawa zbożowa 250ml	kukurydzianka b/m 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwiczanka 60g Sałata 10g Kawa zbożowa b/m 250ml
II śniadanie	Jabłko ok. 100g				
obiad	Koperkowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Gulasz z zotańdków 150g warzywa got. 100g Kompot b/c 250ml	Koperkowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Gulasz z zotańdków 150g Ogórek kiszony 100g Kompot 250ml	Koperkowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Gulasz z zotańdków 150g warzywa got. 100g Kompot 250ml	Koperkowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Gulasz z zotańdków 150g warzywa got. 100g Kompot 250ml	Koperkowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Gulasz z zotańdków 150g warzywa got. 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb graham 200g Tłuszcz do smarowania 20g Pierś z warzywami 60g Herbata b/c 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Pierś z warzywami 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Pierś z warzywami 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Pierś z warzywami 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Pierś z warzywami 60g Herbata 250ml
II kolacja	Szynka gotowana 30g				

## 08.05.2016 NIEDZIELA

Posiłki	DIETA CUKRZYCOWA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTAWIANA	DIETA WĄTROBOWA	DIETA BEZMLECZNA
śniadanie	Kakao b/c 250ml Chleb graham 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. 1 szt Ogórek konserwowy 20g	Kakao 250ml Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka 1 szt ketchup 20g Ogórek konserwowy 20g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. 1 szt Sałata 10g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Szyńska Germazege 60g Sałata 10g	Herbata 250ml Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. 1 szt Sałata 10g
II śniadanie	Mandarynka ok. 70g				
obiad	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot b/c 250ml	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml	Rosół chudy 400ml Ziemniaki 250g udko b/s 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb graham 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Herbata b/c 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Herbata 250 ml	Chleb pszenny 200g Szyńska konserwowa 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Herbata 250ml
II kolacja	Ogonówka 30g				

**DIETETYK**  
*Joanna Bogacz*

## 29.04.2016 PIĄTEK


Posiłki	DIETA BEZGLUTENOWA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ZMIKSOWANA	DIETA NISKOTŁUSZCZOWA
śniadanie	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400g Chleb bezglutenowy 150g Tłuszcz do smarowania 20g Twaróg plasterki 60g Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400g Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Ser Gouda 60g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą mix 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Twaróg plasterki mix 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400g Chleb pszenny 150g Twaróg chudy plasterki 70g Kawa zbożowa 250ml
II śniadanie		Twaróg plasterki 60g		
obiad	Krupnik 400ml Ziemniaki 250g Jajo 2szt w sosie koperkowym 80ml Surówka z białej kapusty 100g Kompot 250ml	Krupnik 400ml Ziemniaki 250g Jajo 2szt w sosie koperkowym 80ml Surówka z białej kapusty 100g Kompot 250ml	Krupnik mix 400ml Ziemniaki mix 250g Jajo mix 2szt w sosie koperkowym 80ml Surówka z białej kapusty mix 100g Kompot 250ml	Krupnik 400ml Ziemniaki 250g Pierogi ruskie 6szt Surówka z białej kapusty 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb bezglutenowy 200g Tłuszcz do smarowania 20g Kiełbasa zielonogórska 70g Herbata 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Kiełbasa zielonogórska 70g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Kiełbasa zielonogórska mix 70g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Kiełbasa zielonogórska 70g Herbata 250ml
II kolacja		Pierś z warzywami 50g		

**DIETETYK**

*Joanna Bogacz*

## 30.04.2016 SOBOTA

Posiłki	DIETA BEZGLUTENOWA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ZMIKSOWANA	DIETA NISKOTŁUSZCZOWA
śniadanie	Zupa mleczna z makaronem bezglutenowym 400g Chleb bezglutenowy 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztet dr. zapiekany 60g Herbata 250ml	Zupa mleczna z makaronem pszennym 400g Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztet dr. zapiekany 60g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z makaronem pszennym mix 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Pasztet dr. zapiekany mix 60g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z makaronem pszennym 400g Chleb pszenny 150g Pasztet dr. zapiekany 60g Kawa zbożowa 250ml
II śniadanie		Kostka topiona 50g		
obiad	Szpinakowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Wątróbka drobiowa bez zagęszczania 150g warzywa got. 100g Kompot 250ml	Szpinakowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Wątróbka drobiowa 150g Ogórek kiszony 100g Kompot 250ml	Szpinakowa z ryżem mix 400ml Ziemniaki mix 250g Wątróbka drobiowa mix 150g warzywa got. mix 100g Kompot 250ml	Szpinakowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Wątróbka drobiowa 150g warzywa got. 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb bezglutenowy 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńka Germazeo 60g Sałata 10g Herbata 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńka Germazeo 60g Ogórek konserwowy 20g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńka Germazeo mix 60g Sałata mix 10g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Szyńka Germazeo 60g Sałata 10g Herbata 250ml
II kolacja		Szyńka gotowana 50g		

  
 Joanna Bogacz

## 01.05.2015 NIEDZIELA

Posiłki	DIETA BEZGLUTENOWA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ZMIKSOWANA	DIETA NISKOTŁUSZCZOWA
śniadanie	Kakao 250ml Chleb bezglutenowy 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. 1 szt	Kakao 250ml Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. 1 szt ketchup 20g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. mix 1 szt	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Szyńka Germazeo 60g
II śniadanie		Dodatkowa parówka 1szt		
obiad	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. Surowka z marchwi 100g Kompot 250ml	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml	Rosół mix 400ml Ziemniaki mix 250g udko mix 1 szt. marchew na gęsto mix 100g Kompot 250ml	Rosół chudy 400ml Ziemniaki 250g udko b/s 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb bezglutenowy 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńka konserwowa 60g pomidor 20g Herbata 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Salami 60g pomidor 20g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńka konserwowa mix 60g pomidor mix 20g Herbata 250 ml	Chleb pszenny 200g Szyńka konserwowa 60g pomidor 20g Herbata 250ml
II kolacja		Ogonówka 50g		

**DIETETYK**  
*Jolanta Bogacz*

## 02.05.2016 PONIEDZIAŁEK

Posiłki	DIETA BEZGLUTENOWA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ZMIKSOWANA	DIETA NISKOTŁUSZCZOWA
śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g Chleb bezglutenowy 150g Tuszcz do smarowania 20g Twaróg z zieleniną 70g Herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400g Chleb zwykły 150g Tuszcz do smarowania 20g Twaróg z zieleniną 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi mix 400g Chleb pszenny 150g Tuszcz do smarowania 20g Twaróg z zieleniną mix 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400g Chleb pszenny 150g Twaróg chudy z zieleniną 70g Kawa zbożowa 250ml
II śniadanie		Ser Gouda 50g		
obiad	Zupa z zielonego groszku 400ml Risotto 300g Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku 400ml Risotto 300g Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku mix 400ml Risotto mix 300g Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku 400ml Risotto 300g Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb bezglutenowy 200g Tuszcz do smarowania 20g Pasta z wędlin 60g Herbata 250ml	Chleb zwykły 200g Tuszcz do smarowania 20g Pasta z wędlin 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tuszcz do smarowania 20g Pasta z wędlin 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Pasta z wędlin 60g Herbata 250ml
II kolacja		Szynka gotowana 50g		

**DIETETYK**

*Joanna Bogacz*

03.05.2016 WTOREK

Posiłki	DIETA BEZGLUTENOWA	DIETA BOGATORBIAŁKOWA	DIETA ZMIKSOWANA	DIETA NISKOTŁUSZCZOWA
śniadanie	Kakao 250ml Chleb bezglutenowy 150g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Pomidor 20g	Kakao 250ml Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Pomidor 20g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa mix 60g Pomidor 20g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Szyńska konserwowa 60g Pomidor 20g
II śniadanie		Jajko 1 szt		
obiad	Pomidorowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Sztuka mięsa 70g w sosie pieczeniowym 80m Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot 250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Sztuka mięsa 70g w sosie pieczeniowym 80m Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot 250ml	Pomidorowa z ryżem mix 400ml Ziemniaki mix 250g Sztuka mięsa mix 70g w sosie pieczeniowym 80m Surówka z czerwonej kapusty mix 100g Kompot 250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml Ziemniaki 250g Sztuka mięsa 70g w sosie pieczeniowym 80m Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb bezglutenowy 200g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwica z udźcem 60g Herbata 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwica z udźcem 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwica z udźcem mix 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g 20g Polędwica z udźcem 60g Herbata 250ml
II kolacja		Ogonówka 50g		

*DIETA*  
Joanna Busacca

04.05.2016 ŚRODA

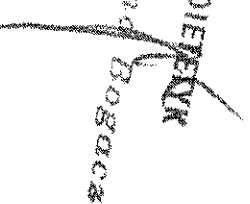
Posiłki	DIETA BEZGLUTENOWA	DIETA BOGATOBIALKOWA	DIETA ZMIKSOWANA	DIETA NISKOTĘUSZCZOWA
śniadanie	Zupa mleczna z ryżem 400g Chleb bezglutenowy 150g Tłuszcz do smarowania 20g Twarożek z zieleniną 70g Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 400g Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Kostka topiona 50g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną mix 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Twarożek z zieleniną mix 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 400g Chleb pszenny 150g Twarożek chudy z zieleniną 70g Kawa zbożowa 250ml
II śniadanie		Ser Gouda 50g		
obiad	Kartoflanka 400ml Makaron bezglutenowy z mięsem i warzywami 300g Kompot 250ml	Kartoflanka 400ml Łazanki z kiebasą 300g Kompot 250ml	Kartoflanka mix 400ml Makaron z mięsem i warzywami mix 300g Kompot 250ml	Kartoflanka 400ml Makaron z mięsem i warzywami 300g Kompot 250ml
kolacja	Chleb bezglutenowy 200g Tłuszcz do smarowania 20g Pieczeń rzymska 60g Herbata 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Pieczeń rzymska 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Pieczeń rzymska mix 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Pieczeń rzymska 60g Herbata 250ml
II kolacja		Pasztet dr. zapiékany 50g		

DIETA  
Joanna Bogacz



## 05.05.2016 CZWARTEK

Posiłki	DIETA BEZGLUTENOWA	DIETA BOGATORBIAŁKOWA	DIETA ZMIKSOWANA	DIETA NISKOTŁUSZCZOWA
śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400g Chleb bezglutenowy 150g Tłuszcz do smarowania 20g Paszтетowa drobiowa 70g Herbata 250ml	Zupa mleczna z zacierką 400g Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Paszтетowa drobiowa 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z zacierką mix 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Paszтетowa drobiowa mix 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z zacierką 400g Chleb pszenny 150g Paszтетowa drobiowa 70g Kawa zbożowa 250ml
II śniadanie		Szynka Germazego 50g		
obiad	Ogórkowa 400ml Kopytka z mąki bezglutenowej 250g Sos mięsno-pieczeniowy 150g Surówka szwedzka 100g Kompot 250ml	Ogórkowa 400ml Kopytka 250g Sos mięsno-pieczeniowy 150g Surówka szwedzka 100g Kompot 250ml	Ogórkowa mix 400ml Kopytka mix 250g Sos mięsno-pieczeniowy mix 150g Surówka szwedzka mix 100g Kompot 250ml	Ogórkowa 400ml Kopytka 250g Sos mięsno-pieczeniowy 150g Surówka szwedzka 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb bezglutenowy 200g Tłuszcz do smarowania 20g Sałatka makaronowa z makaronu bezglutenowego 80g Herbata 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Sałatka makaronowa 80g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Sałatka makaronowa mix 80g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Sałatka makaronowa bez majonezu 80g Herbata 250ml
II kolacja		Ogonówka 50g		


  
**DIETYKA**  
*Joanna Bogacz*

## 06.05.2016 PIĄTEK

Posiłki	DIETA BEZGLUTENOWA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ZMIKSOWANA	DIETA NISKOTŁUSZCZOWA
śniadanie	Zupa mleczna z ryżem 400g Chleb bezglutenowy 150g Tłuszcz do smarowania 20g Dżem 70g Herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem 400g Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Ser Gouda 60g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z ryżem mix 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Dżem 70g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z ryżem 400g Chleb pszenny 150g Dżem 70g Kawa zbożowa 250ml
II śniadanie		Polędwiczanka 50g		
obiad	Barszcz czerwony 400ml Ziemniaki 250g Filet rybny gotowany 70g Sos grecki bez zagęszczania 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 400ml Ziemniaki 250g Kottlet rybny 70g Sos grecki 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony mix 400ml Ziemniaki mix 250g Filet rybny gotowany mix 70g Sos grecki mix 100g Kompot 250ml	Barszcz czerwony 400ml Ziemniaki 250g Filet rybny gotowany 70g Sos grecki 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb bezglutenowy 200g Tłuszcz do smarowania 20g Jaja 2szt Herbata 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Jaja 2szt Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Jaja mix 2szt Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Jaja 2szt Herbata 250ml
II kolacja		Pierś z warzywami 50g		

**DIETETYK**  
*Joanna Rogacz*

## 07.05.2016 SOBOTA

Posiłki	DIETA BEZGLUTENOWA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ZMIKSOWANA	DIETA NISKOTŁUSZCZOWA
śniadanie	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400g Chleb bezglutenowy 150g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwiczanka 60g Sałata 10g Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400g Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g Salceson 60g Ogórek kiszony 20g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą mix 400g Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g Polędwiczanka mix 60g Sałata mix 10g Kawa zbożowa 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400g Chleb pszenny 150g Polędwiczanka 60g Sałata 10g Kawa zbożowa 250ml
II śniadanie		Paszтет dr. zapiékany 50g		
obiad	Koperkowa z ryżem 400ml Ziemiaki 250g Gulasz z zółądków niezagęszczany 150g warzywa got. 100g Kompot 250ml	Koperkowa z ryżem 400ml Ziemiaki 250g Gulasz z zółądków 150g Ogórek kiszony 100g Kompot 250ml	Koperkowa z ryżem mix 400ml Ziemiaki mix 250g Gulasz z zółądków mix 150g warzywa got. mix 100g Kompot 250ml	Koperkowa z ryżem 400ml Ziemiaki 250g Gulasz z zółądków 150g warzywa got. 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb bezglutenowy 200g Tłuszcz do smarowania 20g Pierś z warzywami 60g Herbata 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Pierś z warzywami 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Pierś z warzywami mix 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Pierś z warzywami 60g Herbata 250ml
II kolacja		Szynka gotowana 50g		

**DIETETYK**

*Joanna Bogacz*

08.05.2016 NIEDZIELA

Posiłki	DIETA BEZGLUTENOWA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA	DIETA ZMIKSOWANA	DIETA NISKOTŁUSZCZOWA
śniadanie	Kakao 250ml Chleb bezglutenowy 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. 1 szt Ogórek konserwowy 20g	Kakao 250ml Chleb zwykły 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka 1 szt ketchup 20g Ogórek konserwowy 20g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Tłuszcz do smarowania 20g parówka dr. mix 1 szt Sałata mix 10g	Kakao 250ml Chleb pszenny 150g Szyńska Germazezo 60g Sałata 10g
II śniadanie		Dodatkowa parówka 1 szt		
obiad	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml	Rosół 400ml Ziemniaki 250g udko 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml	Rosół mix 400ml Ziemniaki mix 250g udko mix 1 szt. marchew na gęsto mix 100g Kompot 250ml	Rosół chudy 400ml Ziemniaki 250g udko b/s 1 szt. marchew na gęsto 100g Kompot 250ml
kolacja	Chleb bezglutenowy 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Herbata 250ml	Chleb zwykły 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa 60g Herbata 250ml	Chleb pszenny 200g Tłuszcz do smarowania 20g Szyńska konserwowa mix 60g Herbata 250 ml	Chleb pszenny 200g Szyńska konserwowa 60g Herbata 250ml
II kolacja		Ogonówka 50g		

DIETA  
BOGATA

Joanna Bogacz