

Dieta	01.gru.24 - niedziela	Nowe Miasto Lubawskie		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	--- Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 60g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g Kiszona kapusta z jabłkiem i porem 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2397 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 6, węglowodany 266g w tym cukry 59g, błonnik 47g, sól 4,5g
	Pomarańcza 120-150g		Sok pomidorowy 300ml	
Lekkostrawna	--- Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Pomarańcza 120-150g		Sok pomidorowy 300ml	
Wys. Białkowa	--- Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Pomarańcza 120-150g + jogurt naturalny 100g		Sok pomidorowy 300ml	
Wys. Białkowa (Binekalogia)	--- Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Pomarańcza 120-150g + jogurt naturalny 100g		Sok pomidorowy 300ml	
Niska Tłuszczowa	--- Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6,2g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Kisiel czysty 300ml	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 150g [6] --- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], serek topiony 1 szt [6] , pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g Kiszona kapusta z jabłkiem i porem 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1szt [2], pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2305 kcal, Białko 101, Tłuszcze 89g w tym nasycone 22, węglowodany 275g w tym cukty 61g, błonnik 64g, sól 5,9g
	Pomarańcza 120-150g		Sok pomidorowy 300ml	
Dgr. Pob. s. Zerałkowy	Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6,2g, węglowodany 279g w tym cukty 66g, błonnik 37g, sól 5g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Kisiel czysty 300ml	
Mielona	Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona miksowana 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukty 61g, błonnik 37g, sól 5g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Sok pomidorowy 300ml	
Bogatą Energetyczna	Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], sałatka z selera z szynką 100g [1/2/5- 10], pomidor 70g, Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukty 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Pomarańcza 120-150g		Sok pomidorowy 300ml	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml --- Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina szynkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, pomidor 70g, Herbata 250ml	Energia: 2191 kcal, Białko 106g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 265g w tym cukty 54g, błonnik 47g, sól 5,9g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Kisiel czysty 300ml	

Dzieci	Jogurt owocowy 150g [6] --- Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2016, Białko 106, Tłuszcze 65g w tym nasycone 6,2g, węglowodany 238g w tym cukry 60g, błonnik 28g, sól 4,8g
	Pomarańcza 120-150g		Kisiel czysty 300ml	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml --- Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 100g, sałata 10g, pasta z pomidora 70g [1] Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina szynkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Kisiel czysty 300ml	Energia: 2191 kcal, Białko 106g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 265g w tym cukry 54g, błonnik 47g, sól 5,9g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g			

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Jogurt 100/150g[6]	Przetarta 500g [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500g [1/2/8] Herbata 250ml Sok pomidorowy 300ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	---	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina szynkowa 50g [1/2/5-10], dżem owocowy 25 g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml Kisiel czysty 300ml	
Chirurgiczna pooperacyjna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml mus jabłko-brzoskwinia 150g			Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	30.lis.24 - sobota		Nowe Miasto Lubawskie	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2707, Białko 147, Tłuszcze 85g w tym nasycone 7, węglowodany 315g w tym cukry 81g, błonnik 56g, sól 5g
	Pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],papryka 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6]	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2520, Białko 110, Tłuszcze 73g w tym nasycone 6, węglowodany 237g w tym cukry 109g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z olejem rzepakowym 130g [1/6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	

Cukrzyca	Jogurt 100g [6]	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2492, Białko 131, Tłuszcze 82g w tym nasycone 6, węglowodany 284g w tym cukry 61g, błonnik 55g, sól 5g
	Pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczywo razowe100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	
	Jogurt naturalny 150g [6]		sok warzywny 300ml[1/8]	
Dgr. Pob. s. Zależkowy	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2520, Białko 110, Tłuszcze 73g w tym nasycone 6, węglowodany 237g w tym cukry 109g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z olejem rzepakowym 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina miksowana 80g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor b/s 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pieczone udko z kurczaka 160g -szarpane w sosie własnym + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6] , wędlina miksowana 100g [1/5/7-10], pomidor 70g, Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Bezmleczna	Kisiel 300ml	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2559, Białko 119, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6,1, węglowodany 322g w tym cukry 40g, błonnik 42g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g [5/7],pomidor 70g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów Lisner 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	#ADR!		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	

Dzieci	Jogurt owocowy 150g [6]	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2366, Białko 117, Tłuszcze 70,5g w tym nasycone 6, węglowodany 299g w tym cukry 69g, błonnik 42g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidor 70g, sałata 10g	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], twarożek z bazylią 100g [6], pomidor 70g, mix sałat	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2559, Białko 119, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6,1, węglowodany 322g w tym cukry 40g, błonnik 42g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g [5/7], pomidor 70g, sałata 10g	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów Lisner 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, mix sałat	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Galaretka owocowa b/c 180g		sok warzywny 300ml[1/8]	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 150g[6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Chirurgiczna pooperacyjna	0	Zupa z zielonej cukinii 350g [8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	0	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z olejem rzepakowym 130g [1/6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor B/S 70g, mix sałat	
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidor b/s 70g, sałata 10g	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Galaretka owocowa 180g		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	29.lis.24 - piątek	Nowe Miasto Lubawskie		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2504, Białko 130, Tłuszcze 75g w tym nasycone 7, węglowodany 283g w tym cukry 93g, błonnik 43g, sól 4,3g
	Pieczywo razowe + bułka kajzerka 100g[1], masło10g[6], ser gouda 30g [6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , papryka czerwona 70g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 120g [6] Kompot 250ml	Pieczywo razowe100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 120g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8],ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 120g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g + jogurt owocowy 100g		Kefir 200g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8],ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 120g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g + jogurt owocowy 100g		Kefir 200g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2341, Białko 126, Tłuszcze 65g w tym nasycone 4, węglowodany 296g w tym cukry 90g, błonnik 35g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor B/S 70g, sałata, Herbata czerwona 250ml	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8],ziemniaki 200g Dyńia świeża na parze z oliwą z oliwek 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2375, Białko 111, Tłuszcze 89g w tym nasycone 5, węglowodany 256g w tym cukry 58g, błonnik 55g, sól 4g
	Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] ser gouda 45g [6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , papryka czerwona 70g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6] Bez Cukru	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masełkiem 150g [6] Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml Bez Cukru	
	Mandarynka 1 szt 100-120g		Kefir 200g [6]	
Dgr. Pdb. s. Zakałkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2341, Białko 126, Tłuszcze 65g w tym nasycone 4, węglowodany 296g w tym cukry 90g, błonnik 35g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata, Herbata czerwona 250ml	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Dynia świeża na parze z oliwą z oliwek 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] - siekana , pomidor b/s 70g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masełkiem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Mus jabłko-banan 150g		Kefir 200g [6]	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masełkiem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2205, Białko 84, Tłuszcze 75g w tym nasycone 5, węglowodany 276g w tym cukry 76g, błonnik 48g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix, Herbata 250ml	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masełkiem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 120-150g		Jogurt vege 150g [6]	

Dzieci	Jogurt naturalny 100g [6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2188, Białko 127, Tłuszcze 61g w tym nasycone 6, węglowodany 268g w tym cukry 87g, błonnik 33g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g, Kakao 260ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	
Bezmleczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2205, Białko 84, Tłuszcze 75g w tym nasycone 5, węglowodany 276g w tym cukry 76g, błonnik 48g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix, Herbata czerwona 250ml	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], pasta z tuńczyka z koperkiem 80g [3], Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
	Banan 120-150g		Jogurt vege 150g [6]	
PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Kakao 200ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100/150g[6]		Kefir 200 g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata, Herbata czerwona 250ml	Zupa grysikowa 350 ml [1/2/5/8] Dorsz na parze w warzywach duszonych 120g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Dyńa świeża na parze z oliwą z oliwek 150g [6] Kompot 250ml	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Banan 1 szt 120-150g		Owsianka dawtona 100g	
Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"				

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	28.lis.24 - czwartek	Nowe Miasto Lubawskie		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa pieczarkowa 350ml [8]	---	Energia: 2433 kcal, Białko 110, Tłuszcze 86g w tym nasycone 8, węglowodany 287g w tym cukry 53g, błonnik 52g, sól 4,7g
	Pieczywo razowe pszenno-żytnie 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g	Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/6/8] sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], ogórek kiszony 50g, jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml		
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g ,	Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/6/8] sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g,jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml		
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200 g [6], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g ,	Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/6/8] sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g,jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml		
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Wys. Białkowa (Binekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g	Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/6/8] sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g,jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml		
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200 g [6], dżem 25g, Pomidor b/s 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Leniwe wytrawne z masłem i koperkiem 300g/80g[1/2/6] sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
		Kompot 250ml		
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	

Cukrzyca	Pieczyno razowe pszenno-żytnie 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidor 70g,rzodkiewka 50g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Zupa pieczarkowa 350ml [8] Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/6/8] sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczyno żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], ogórek kiszony 50g, jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2344, Białko 108, Tłuszcze 9g w tym nasycone 28, węglowodany 269g w tym cukry 72g, błonnik 56g, sól 4,9g
	Galaretka b/c 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Dgr. Pob. s. Zajątkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200 g [6], dżem 25g, Pomidor b/s 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8] Leniwe wytrawne z masłem i koperkiem 300g/80g[1/2/6] sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10],serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor B/S 70g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8] Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/6/8] sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8] Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/6/8] Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/6/8] Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g,jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Bezmielczna	Kisiel 300ml Pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka z beczki 50g [1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8] Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/8] sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10],jajko 1szt [2], pomidor 70g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	Energia: 2540, Białko 97, Tłuszcze 90g w tym nasycone 9g, węglowodany 318g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 4,9g
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	

Dzieci	---	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2409 Białko 116, Tłuszcze 66g w tym nasycone 5, węglowodany 324g w tym cukry 71,1g, błonnik 29g, sól 5g
	Piecząwo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g	Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/6/8] gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g, jabłko 1 szt 120-150g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2540, Białko 97, Tłuszcze 90g w tym nasycone 9g, węglowodany 318g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 4,9g
	Piecząwo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka z beczki 50g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, Pomidor 70g, sałata10g ,	Pyzy z mięsem z koperkiem i masłem 5 szt -6szt 300g/10g[1/2/8] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt [2], pomidor 70g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Galaretka b/c 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] ---	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Piecząwo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony naturalny 120g [6], dżem 25g, Pomidor b/s 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Pulpeciki z fileta z kurczaka w sosie własnym 120g/80g [1/2/6/8], ziemniaczki 200g gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor b/s70g, Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Mus jabłkowy 150g	
Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"				

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	27.lis.24 - środa	Nowe Miasto Lubawskie		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa 100g [2/9] , sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ogórkowa 350ml [1/6/8] Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- Chleb razowy pszenno żytni 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , papryka 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	Banan 1 szt 120-150g		Skyr owocowy 140g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa 100g [2/9] , sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa marchewkowa 350ml [1/6/8] Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g		Skyr owocowy 140g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa 100g [2/9], sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa marchewkowa 350ml [1/6/8] Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g + jogurt naturalny 100g		Skyr owocowy 140g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa 100g [2/9], sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa marchewkowa 350ml [1/6/8] Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g + jogurt naturalny 100g		Skyr owocowy 140g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa bez groszku z koperkiem i oliwą z oliwek 100g [2], sałata Herbata 250ml	Zupa marchewkowa 350ml [1/6/8] Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g		Skyr owocowy 140g [6]	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g [1], maslo10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa 100g [2/9], sałata lodowa 10g Kawa zbozowa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Zupa ogórkowa 350ml [1/6/8] Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem slonecznikowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], maslo10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor 70g , rukola 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Kiwi 1 szt 100-120g		Skyr naturalny 140g [6]	
Dgr. Pdb. s. Zerałkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa bez groszku z koperkiem i oliwą z oliwek 100g [2], sałata Herbata 250ml	Zupa marchewkowa 350ml [1/6/8] Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem slonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g		Skyr owocowy 140g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa 100g [2/9], sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Zupa marchewkowa 350ml [1/6/8] Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem slonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor b/s 70g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Mus owocowy - tubka 100g		Skyr owocowy 140g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa 100g [2/9], sałata lodowa 10g Kawa zbozowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa marchewkowa 350ml [1/6/8] Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem slonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g		Skyr owocowy 140g [6]	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa 100g [2/9], sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Zupa marchewkowa 350ml [1/6/8] Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem slonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 30g [1/2/5/7-10] , jogurt wegański 125g ,pomidor 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2440 kcal, Białko 101, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 352g w tym cukry 45g, błonnik 51g, sól 5,7g
	Banan 1 szt 120-150g		Owsianka Dawtona 100g	

Dzieci	---	Zupa marchewkowa 350ml [1/6/8]	---	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa 100g [2/9], sałata lodowa 10g	Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem słonecznikowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor 70g , rukola 10g	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-150g		Skyr owocowy 140g [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa ogórkowa 350ml [1/6/8]	---	Energia: 2440 kcal, Białko 101, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 352g w tym cukry 45g, błonnik 51g, sól 5,7g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałatka jarzynowa 100g [2/9], sałata lodowa 10g	Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] surówka z buraczka z olejem słonecznikowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/2/5/7-10] , jogurt wegański 125g ,pomidor 70g , rukola 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-150g		Owsianka Dawtona 100g	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt naturalny 150g [6]		Skyr owocowy 140g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g ,pomidor b/s 70g, sałata lodowa 10g	Zupa marchewkowa 350ml [1/6/8]	---	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Pieczeń rzymska z indyka 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza jęczmienna 200g [6] Marchewka mini z oliwą z oliwek - Rozdrobniona 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/2/5/7-10] , dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata masłowa 10g	
	Banan 1 szt 120-150g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			Kisiel czysty 200g	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	26.lis.24 - wtorek		Nowe Miasto Lubawskie	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], serek waniliowy 100g [6], humus paprykowy 80g[1/8], sałata lodowa 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Panierowana pierś z kurczaka 130g [1/2/8] - smażona, ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Ogórek 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2527 kcal, Białko 111, Tłuszcze 107g w tym nasycone 11, węglowodany 315 g w tym cukry 53 g, błonnik 52 g, sól 5,3g
	Pomarańcza 1 szt 150-170g		Sok warzywny 300ml [8]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], serek waniliowy 100g [6], pasta warzywna z pomidorami 80g [1/6/8], sałata lodowa 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Pomarańcza 1 szt 150-170g		Sok warzywny 300ml [8]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], serek waniliowy 100g [6], pasta warzywna z pomidorami 80g [1/6/8], sałata lodowa 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	pomarańcza 1 szt + jogurt owocowy 100 g [6]		Sok warzywny 300ml [8]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], serek waniliowy 100g [6], pasta warzywna z pomidorami 80g [1/6/8], sałata lodowa 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	pomarańcza 1 szt + jogurt 100 g [6]		Sok warzywny 300ml [8]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6], pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], serek waniliowy 100g [6], pasta warzywna z pomidorami 80g [1/6/8], sałata lodowa 20g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa koperkowa z zacierką 350 ml [1/2/6/8] Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8]ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 50g [2], Pomidor b/s 70g, sałata mix Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Mus brzoskwinowy z jabłkiem 150g		Sok warzywny 300ml [8]	

Cukrzyca	Jogurt 100g [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2437 kcal, Białko 121, Tłuszcze 84g w tym nasycone7, węglowodany 265g w tym cukry 61g, błonnik 64g, sól 4,3g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6], pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], serek śniadaniowy klasyczny 80g [6], pasta Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Ogórek 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	
	Pomarańcza 1 szt 150-170g		Sok warzywny 300ml [8]	
Ugr. Pob. s. Zależnikowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6]	Zupa koperkowa z zacierką 350 ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6], pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], serek waniliowy 100g [6], pasta warzywna z pomidorami 80g [1/6/8], sałata lodowa 20g Herbata rumiankowa 250ml	Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 50g [2], Pomidorb/c 70g, sałata mix Herbata z cytryną 250ml	
	Mus brzoskwiniowy z jabłkiem 150g		Sok warzywny 300ml [8]	
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], serek waniliowy 100g [6], pasta warzywna z pomidorami 80g [1/6/8], sałata lodowa 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Roladka z mięsa drobiowego w sosie własnym 120g [1/2/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka mikrowana 100g [1/5/7-10], pasta z jaj 70g [2/10] szt [2], Pomidor bez skóry 70g, Herbata z cytryną 250ml	
	Mus brzoskwiniowy z jabłkiem 150g		Sok warzywny 300ml [8]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], serek waniliowy 100g [6], pasta warzywna z pomidorami 80g [1/6/8], sałata lodowa 20g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix Herbata z cytryną 250ml	
	Brzoskwinia 150g		Sok warzywny 300ml [8]	
Bezmielczna	Kisiel 300ml	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], jogurt wegański 120g , pasta warzywna z pomidorami 80g [1/8], sałata lodowa 20g Herbata z cytryną 250ml	Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	
	Mus brzoskwiniowy z jabłkiem 150g		Sok warzywny 300ml [8]	

Dzieci	Jogurt owocowy 100g [6] Pieczywo pszenne + 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], serek waniliowy 100g [6], pasta warzywna z pomidorami 80g [1/6/8], sałata lodowa 20g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2106,7 kcal, Białko 121g, Tłuszcze 61,7g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5,5g, węglowodany 253g w tym cukry 52g, błonnik 31g, sól 5g
	Pomarańcza 1 szt 150-170g		Mus tubka 100g	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], jogurt wegański 120g , pasta warzywna z pomidorami 80g [1/8], sałata lodowa 20g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 5g
	Mus brzoskwiniowy z jabłkiem 150g		Sok warzywny 300ml [8]	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Przetarta 500g [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500g [1/2/8] Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt 100/150g[6]		Sok warzywny 300ml [8]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina drobiowa parzona 50g [1/2/5/7-10], dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor b/s 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa koperkowa z zacierką 350 ml [1/2/6/8] Pieczona pierś w sosie własnym 100g [1/2/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 70g - 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Mus brzoskwiniowy z jabłkiem 150g		Mus tubka 100g	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	25.lis.24 - poniedziałek		Nowe Miasto Lubawskie	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa barszcz ukraiński 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],, miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2407 kcal, Białko 113g, Tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13g, węglowodany 275g w tym cukry 55g, błonnik 51g, sól 5,3g
	Jabłko 1 szt 150-200g		Skyr owocowy 140g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],, miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko 1 szt 150-200g		Skyr owocowy 140g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko 1 szt 150-200g + jogurt 100g[6]		Skyr owocowy 140g [6]	
Wys. Białkowa (Binekalogia)	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko 1 szt 150-200g + jogurt 100g[6]		Skyr owocowy 140g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, pomidor b/s 50g, sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Duszony seler z oliwą z oliwek [1/6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2373 kcal, białko: 114g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		Skyr owocowy 140g [6]	

Cukrzyca	pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], wędlina 40g [1/5/7-10], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6] Bez Cukru	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml Bez Cukru	--- pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], ser żółty 40g [6], pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2756 kcal, białko: 134g, tłuszcze 90g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 9g, węglowodany 280g w tym cukry 38g, błonnik 64g, sól 4,7g
	Jabłko 1 szt. 100-150g		Skyr naturalny 140g [6]	
Ugr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, pomidor b/s 50g, sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Duszony seler z oliwą z oliwek [1/6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2373 kcal, białko: 114g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		Skyr owocowy 140g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, pomidor b/s 50g, sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Duszony seler z oliwą z oliwek [1/6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina mielona 70g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		Skyr owocowy 140g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko 1 szt. 100-150g		Skyr owocowy 140g [6]	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], dżem 20g ,sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2502 kcal, białko: 103g, tłuszcze 110g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 275g w tym cukry 31g, błonnik 29g, sól 4,3g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		Galaretką 180g	

Dzieci	Jogurt owocowy 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6],dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2223 kcal, białko: 104g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 279g w tym cukry 70g, błonnik 25g, sól 4,6g
	Jabłko 1 szt 150-200g		Skyr owocowy 140g [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 140g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2502 kcal, białko: 103g, tłuszcze 110g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 275g w tym cukry 31g, błonnik 29g, sól 4,3g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		Galaretka 180g b/c	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8] Kakao200ml [6] Jogurt owocowy 150g [6]	Przetarta + dodatek Kompot 250ml	Przetarta 500g [1/2/8] Herbata 250ml Skyr owocowy 140g [6]	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		Skyr owocowy 140g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pieś z indyka wędzona 40g [1/5/7-10], dżem owocowy 20g,pomidor b/s 50g, sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz ze schabu 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Duszony seler z oliwą z oliwek [1/6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		Skyr owocowy 140g [6]	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty