

Dieta	30.mar.25 - niedziela			NOWE MIASTO LUBAWSKIE		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Podstawa	<p>---</p> <p>jogurt 100g [6]</p> <p>Pieczywo razowe pszenno żytnie100g[1], maslo10g[6]</p> <p>parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9]+ ketchup + pomidor 50g. + banan 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]</p> <p>owsianka Dawtona 100g</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Schabowy wieprzowy panierowany smażony 130g [1/2]+ ziemniaczki 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z olejem rzepakowym i czarnuszką 130g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>Pieczywo razowe pszenno żytnie100g[1], maslo10g[6]</p> <p>Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem 60g [6], sałatka z pieczonych buraczków, melona i oliwy z oliwek 100g</p> <p>Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Kefir 200ml [6]</p>	<p>Energia Kcal. 2739, Białko 114, Tłuszcze 106, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 332 Cukry 57, Błonnik: 41, Sól 4,9</p>		
	Lekkostrawna	<p>---</p> <p>jogurt 100g /150g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6]</p> <p>parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9] + ketchup + pomidor 50g. + banan 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]</p> <p>owsianka Dawtona 100g</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z olejem rzepakowym i czarnuszką 130g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6]</p> <p>Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem 60g [6], sałatka z pieczonych buraczków, melona i oliwy z oliwek 100g</p> <p>Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Kefir 200ml [6]</p>	<p>Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcze 103, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6</p>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)		<p>---</p> <p>jogurt 100g /150g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6]</p> <p>Wędlina 50g [1/5/7-10]+ twaróg z koperkiem 70g [6] + pomidor 50g. + banan 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]</p> <p>owsianka Dawtona 100g + skyr 120g[6]</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z olejem rzepakowym i czarnuszką 130g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6]</p> <p>Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem 60g [6], sałatka z pieczonych buraczków, melona i oliwy z oliwek 100g</p> <p>Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Kefir 200ml [6]</p>	<p>Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcze 103, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6</p>	
	Nisko Tłuszczowa	<p>---</p> <p>jogurt 100g /150g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6]</p> <p>parówki drobiowe 2szt. + ketchup + pomidor b/s 50g + banan 1 szt.</p> <p>Herbata 250ml</p> <p>owsianka Dawtona 100g</p>	<p>Rosół domowy z makaronem (jarski) 350 ml [1/2/8]</p> <p>Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g</p> <p>Dynia na parze z oliwą z oliwek 130g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6]</p> <p>Wędlina drobiowa 30g [1/7-10], twarożek z jogurtem 60g [6], sałatka z pieczonych buraczków, brzoskwiń i oliwy z oliwek 100g</p> <p>Herbata z cytryną 250ml</p> <p>Kefir 200ml [6]</p>	<p>Energia Kcal. 2490, Białko 103, Tłuszcze 81, Tłuszcze Nasycone 9, Węglowodany 337 Cukry 53, Błonnik: 31, Sól 5,2</p>	
Cukrzyca		<p>jogurt 100g /150g [6]</p> <p>---</p> <p>Pieczyworazowe pszenno żytnie100g[1], rama 20g</p> <p>parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9] + ketchup + pomidor 50g. +jabłko 1 szt</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z olejem rzepakowym i czarnuszką 130g</p>	<p>---</p> <p>Pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], maslo10g[6]</p> <p>Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem 60g [6], sałatka z pieczonych buraczków, melona i oliwy z oliwek 100g</p>	<p>Energia Kcal. 2739, Białko 114, Tłuszcze 106, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 332 Cukry 57, Błonnik: 41, Sól 4,9</p>	

	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] sok warzywny 300 ml	Bez Cukru	Kompot 250ml kanapka 1 szt [1/2/5-10]	Bez Cukru	Herbata z cytryną 250ml Kefir 200ml [6]	Bez Cukru	
Dgr. Pob. s. Żoładkowy	--- jogurt 100g /150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki drobiowe 2szt. + ketchup + pomidor b/s 50g + banan 1 szt. Herbata 250ml owsianka Dawtona 100g		Rosół domowy z makaronem (jarski) 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g Dyńia na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlina drobiowa 30g [1/7-10], twarożek z jogurtem 60g [6], sałatka z pieczonych buraczków, brzoskwini i oliwy z oliwek 100g Herbata z cytryną 250ml Kefir 200ml [6]		Energia Kcal. 2490, Białko 103, Tłuszcze 81, Tłuszcze Nasycone 9, Węglowodany 337 Cukry 53, Błonnik: 31, Sól 5,2
	--- jogurt 100g /150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9] + ketchup + pomidor B/S 50g. + banan 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] owsianka Dawtona 100g		Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Pulpeciki ze schabu w sosie własnym 120/80 [1/2/8]+ ziemniaczki 200g Dyńia na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem 60g [6], sałatka z pieczonych buraczków, brzoskwini i oliwy z oliwek 100g Herbata z cytryną 250ml Kefir 200ml [6]		Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcze 103, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6
Bogato Energetyczna	--- jogurt 100g /150g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9] + ketchup + pomidor 50g. + banan 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] owsianka Dawtona 100g		Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g Bukiet warzyw na parze z olejem rzepakowym i czarnuszką 130g Kompot 250ml		--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem 60g [6], sałatka z pieczonych buraczków, melona i oliwy z oliwek 100g Herbata z cytryną 250ml Kefir 200ml [6]		Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcze 103, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6
	--- jogurt 100g /150g [6] --- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9] + ketchup + pomidor 50g. + banan 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] owsianka Dawtona 100g + skyr 120g[6]		Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g Dyńia na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem 60g [6], sałatka z pieczonych buraczków, melona i oliwy z oliwek 100g Herbata z cytryną 250ml Kefir 200ml [6]		Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcze 103, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6
PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] jogurt naturalny 100g [6]		Przetarta 500ml [1/2/8] Kompot 250ml kefir 200g [6]		Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml Sok marchew-seler 300ml[8]		Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcze 103, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6

Chirurgiczna pooperacyjna	---	Rosół domowy z makaronem (jarski) 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcze 103, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6
	jogurt 100g /150g [6]	Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g parówki drobiowe 2szt. + ketchup + pomidor b/s 50g + banan 1 szt.	Dynia na parze z oliwą z oliwek 120g	Wędlina drobiowa 30g [1/7-10], twarożek z jogurtem 60g [6], sałatka z pieczonych buraczków, brzoskwiń i oliwy z oliwek 100g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	owsianka Dawtona 100g		Galaretka do picia 250ml	
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

Dieta	29.mar.25 - sobota		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt[2], ogórek 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8] Pierogi z mięsem 5 szt. [1/8] 300g + masło 10g [6] + koperek Surówka z marchewki i sezamu z olejem słonecznikowym 130g [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8], serek kiri 1 szt[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcze 107, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	Pomarańcza 1 szt 150g		galaretka 180g	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2] pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8] Pierogi z mięsem 5 szt. [1/8] 300g + masło 10g [6] + koperek Surówka z marchewki i sezamu z olejem słonecznikowym 130g [10] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8], serek kiri 1 szt. [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcze 107, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	Pomarańcza 1 szt 150g		galaretka 180g	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8] Pierogi z mięsem 5 szt. [1/8] 300g + masło 10g [6] + koperek Surówka z marchewki i sezamu z olejem słonecznikowym 130g [10] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8], serek kiri 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcze 107, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	Pomarańcza 1 szt 150g + budyń 120g [1/6]		jogurt 100g [6]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, dżem 25g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8] Gulasz drobiowy 200g [1/8]+ ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g [8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 50g [2/9], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcze 107, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	mus brzoskwińowo-jałbkowy 150g		galaretka 180g	
Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 20g wędlna 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt[2], ogórek 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8] Pierogi z mięsem 5 szt. [1/8] 300g + masło 10g [6] + koperek Surówka z marchewki i sezamu z olejem słonecznikowym 130g [10] Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Paszтет drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8], serek kiri 1 szt[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia Kcal. 2749, Białko 148, Tłuszcze 109, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 305 Cukry 46, Błonnik: 41, Sól 4,9
	Pomarańcza 1 szt 150g		kanapka 1 szt [1/2/5-10]	
wy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8]	---	Energia Kcal. 2689

Dgr. Pob. s. Żołądko	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, dżem 25g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Gulasz drobiowy 200g [1/8]+ ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g [8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 50g [2/9], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcze 107, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	mus brzoskwiowo-jałbkowy 150g		galaretka 180g	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 100g [1/5/7-10],pasta z jaj 60g [2], pomidor B/S 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8] Gulasz drobiowy rozdrobniony 200g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g [8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8],serek kiri 1 szt [6], Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcze 107, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	mus brzoskwiowo-jałbkowy 150g		galaretka 180g	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2]pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8] Pierogi z mięsem 5 szt. [1/8] 300g + maselko 10g [6] + koperek Surówka z marchewki i sezamu z olejem słonecznikowym 130g [10] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8],serek kiri 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcze 107, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	Pomarańcza 1 szt 150g		galaretka 180g	
Dzieci	Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor 50g, dżem 25g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8] Pierogi z mięsem 5 szt. [1/8] 300g + maselko 10g [6] + koperek Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g [8] Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8], serek kiri 1 szt. [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcze 107, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	Pomarańcza 1 szt 150g		galaretka 180g	
PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Przetarta 500ml [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcze 107, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	jogurt naturalny 100g [6]		galaretka 180g	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, dżem 25g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Krupnik z drobną kaszą krakowską [1/8] Gulasz drobiowy 200g [1/8]+ ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g [8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 50g [2/9], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcze 107, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5

mus brzoskwiowo-jałbkowy 150g

galaretka 180g

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posilek"

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

Dieta	28.mar.25 - piątek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	Energia Kcal. 2697, Białko 87, Tłuszcze 88, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 395 Cukry 71, Błonnik: 39, Sól 4,9
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g fromage 80g[6],miód 25G, pomidor 50g, sałata mix 10g	Kotlet z dorsza i łososa na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8] , ziemniaczki 200g surówka z kapusty białej 120 g	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta jajeczno-tuńczykowa 100g [2/3/9], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	banan 120-150g		serek waniliowy 150g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcze 72, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g fromage 80g[6],miód 25G, pomidor 50g, sałata mix 10g	Kotlet z dorsza i łososa na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8] , ziemniaczki 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta jajeczno-tuńczykowa 100g [2/3/9], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	banan 120-150g		serek waniliowy 150g [6]	
Wys. Białkowa (Gimnologia)	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcze 72, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g fromage 80g[6], miód 25G, pomidor 50g, sałata mix 10g,	Kotlet z dorsza i łososa na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8] , ziemniaczki 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta jajeczno-tuńczykowa 100g [2/3/9], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	banan 120-150g + budyń 120g [1/6]		serek waniliowy 150g [6]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	Energia Kcal. 2460, Białko 86, Tłuszcze 73, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 378 Cukry 69, Błonnik: 38, Sól 5,1
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g szynka drobiowa 50g [1/5/7-10], miód 25G,pomidor B/S 50g, sałata mix 10g,	Kotlet z dorsza i łososa na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8] , ziemniaczki 200g Seler gotowany z marchewką i oliwą 130g [8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], dżem 20g 1 szt , Pomidor B/S 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	banan 120-150g		serek waniliowy 150g [6]	
Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	Energia Kcal. 2510, Białko 86, Tłuszcze 72, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 370 Cukry 51, Błonnik: 38, Sól 4,9
	Pieczywo razowe100g[1], rama 20g fromage 80g[6], wędlna 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g Kakao 260ml [6] Bez Cukru	Kotlet z dorsza i łososa na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8] , ziemniaczki 200g surówka z kapusty białej 120g Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta jajeczno-tuńczykowa 100g [2/3/9], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml Bez Cukru	
	Mandarynka 120-150g	kanapka 1 szt [1/2/5-10]	skyr naturalny 140g [6]	
wy	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	Energia Kcal. 2460

Dgr. Pob. s. Żółty	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g szynka drobiowa 50g [1/5/7-10], miód 25G, pomidor B/S 50g, sałata mix 10g, Herbata czerwona 250ml	Kotlet z dorsza i łosia na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8] , ziemniaczki 200g Seler gotowany z marchewką i oliwą 130g [8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], dżem 20g 1 szt , Pomidor B/S 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 440, Białko 86, Tłuszcze 73, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 378 Cukry 69, Błonnik: 38, Sól 5,1
	banan 120-150g		serek waniliowy 150g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g fromage 80g[6], miód 25g, pomidor B/S 50g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8] Kotlet z dorsza i łosia na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8] , ziemniaczki 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta jajeczno-tuńczykowa 100g [2/3/9], pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcze 72, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	mus jabłko banan 150g		serek waniliowy 150g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g fromage 80g[6], miód 25G, pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8] Kotlet z dorsza i łosia na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8] , ziemniaczki 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta jajeczno-tuńczykowa 100g [2/3/9], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcze 72, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	banan 120-150g		serek waniliowy 150g [6]	
	Jogurt naturalny 100g [6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	

Dzieci	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g fromage 80g[6],miód 25G, pomidor 50g, sałata mix 10g	Kotlet z dorsza i łosia na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8] , ziemniaczki 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta jajeczno-tuńczykowa 100g [2/3/9], pomidor 50g, roszponka 10g	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcze 72, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	banan 120-150g		serek waniliowy 150g [6]	
PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcze 72, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jogurt naturalny 100g [6]	galaretka do picia 200ml	serek waniliowy 150g [6]	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcze 72, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g szynka drobiowa 50g [1/5/7-10], miód 25G,pomidor B/S 50g, sałata mix 10g, Herbata czerwona 250ml	Kotlet z dorsza i łosia na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8] , ziemniaczki 200g Seler gotowany z marchewką i oliwą 130g [8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], dżem 20g 1 szt , Pomidor B/S 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	mus jabłko banan 150g		serek waniliowy 150g [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

Dieta	27.mar.25 - czwartek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2659, Białko 97, Tłuszcze 102, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 340, Cukry 60, Błonnik: 37, Sól 5
	0 Paszтет domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron razowy 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g ,	
	jogurt owocowy 150g [6]		Mus owocowy tubka 100g	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcze 101, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g ,	
	jogurt owocowy 150g [6]		Mus owocowy tubka 100g	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcze 101, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g ,	
	jogurt owocowy 150g [6]		Mus owocowy tubka 100g	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2610, Białko 93, Tłuszcze 93, Tłuszcze Nasycone 9, Węglowodany 330, Cukry 60, Błonnik: 31, Sól 4,9
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlina drobiowa parzona 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g , jabłko z pieca 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s 50g, sałata10g ,	
	jogurt owocowy 150g [6]		Mus owocowy tubka 100g	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2320, Białko 93, Tłuszcze 81, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 304, Cukry 54, Błonnik: 36, Sól 4,7
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 20g Pasztet domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron razowy 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml Bez Cukru	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g , Herbata 250ml Bez Cukru	
	jogurt naturalny 150g [6]	kanapka 1 szt [1/2/5-10]	Jogurt naturalny 150g [6]	
Dgr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2610, Białko 93, Tłuszcze 93, Tłuszcze Nasycone 9, Węglowodany 330, Cukry 60, Błonnik: 31, Sól 4,9
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlina drobiowa parzona 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g , jabłko z pieca 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s 50g, sałata10g , Herbata 250ml	
	jogurt owocowy 150g [6]		Mus owocowy tubka 100g	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcze 101, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasztet domowy wieprzowy 100g [1/2/8], serek deliser 1 szt [6], jabłko z pieca 1 szt 120-150g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] + ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona mielona 50g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	jogurt owocowy 150g [6]		Mus owocowy tubka 100g	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcze 101, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasztet domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g , Herbata 250ml	
	jogurt owocowy 150g [6]		Mus owocowy tubka 100g	

Dzieci	---	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcze 101, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g Pasztet domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g , Herbata 250ml	
	jogurt owocowy 150g [6]		Mus owocowy tubka 100g	
PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Przetarta 500ml [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcze 101, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
	jogurt naturalny 100g [6]	Kisiel pitny 250g	Mus owocowy tubka 100g	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] ---	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcze 101, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g Wędlina drobiowa parzona 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g , jabłko z pieca 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s 50g, sałata10g , Herbata 250ml	
	jogurt owocowy 150g [6]		Mus owocowy 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

Dieta	26.mar.25 - środa			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	
Podstawa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml [1/8]	---	Energia Kcal. 2631, Białko 92, Tłuszcze 80, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 390, Cukry 61, Błonnik: 30, Sól 5
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100 g [2/8], mandarynka 1 szt , sałata lodowa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kotlet mielony smażony 120g [1/2], ziemniaki 200g Mieszanka warzyw na parze z oliwą z oliwek i migdałami 130g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	Jogurt na deser 125g [6]		sok warzywny 300ml[8]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml [1/8]	---	Energia Kcal. 2531, Białko 89, Tłuszcze 80, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 387, Cukry 61, Błonnik: 30, Sól 4,8
	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], mandarynka 1 szt , sałata lodowa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Roladka z mięsa wieprzowo-wołowego w sosie własnym 120g/80g [1/6/8] , ziemniaki 200g Mieszanka warzyw na parze z oliwą z oliwek i migdałami 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	Jogurt na deser 125g [6]		sok warzywny 300ml[8]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml [1/8]	---	Energia Kcal. 2531, Białko 89, Tłuszcze 80, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 387, Cukry 61, Błonnik: 30, Sól 4,8
	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], mandarynka 1 szt , sałata lodowa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Roladka z mięsa wieprzowo-wołowego w sosie własnym 120g/80g [1/6/8] , ziemniaki 200g Mieszanka warzyw na parze z oliwą z oliwek i migdałami 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	Jogurt na deser 125g [6]		sok warzywny 300ml[8]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml [1/8]	---	Energia Kcal. 2500, Białko 90, Tłuszcze 70, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 390, Cukry 61, Błonnik: 29, Sól 4,7
	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mus jabłko mandarynka 120g , sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Roladka z mięsa wieprzowo-wołowego w sosie własnym 120g/80g [1/6/8] , ziemniaki 200g Marchewka duszona z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina zawędzona parzona 50g [1/5/7-10], dżem 25g, pomidor b/s 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	Jogurt na deser 125g [6]		sok warzywny 300ml[8]	
Cukrzyca	Pieczywo razowe 100g [1], rama20g Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], mandarynka 1 szt , sałata lodowa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Zupa koperkowa z ryżem 350ml [1/8] Roladka z mięsa wieprzowo-wołowego w sosie własnym 120g/80g [1/6/8] , ziemniaki 200g Mieszanka warzyw na parze z oliwą z oliwek i migdałami 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Chleb razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], Ogórek zielony 50g, Pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia Kcal. 2130, Białko 87 Tłuszcze 76, Tłuszcze Nasycone9, Węglowodany 286 Cukry 61, Błonnik: 36, Sól 4,8
	Jogurt naturalny 150g [6]	kanapka 1 szt [1/2/5-10]	sok warzywny 300ml[8]	
wy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml [1/8]	---	Energia Kcal. 2500.

Dgr. Pob. s. Zolądko	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mus jabłko mandarynka 120g , sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Roladka z mięsa wieprzowo-wołowego w sosie własnym 120g/80g [1/6/8] , ziemniaki 200g Marchewka duszona z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] Wędlina zawędzana parzona 50g [1/5/7-10], dżem 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Białko 90, Tłuszcze 70, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 390, Cukry 61, Błonnik: 29, Sól 4,7
	Jogurt na deser 125g [6]		sok warzywny 300ml[8]	
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] Szynka wędzona mielona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], mus jabłko mandarynka 120g , sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml [1/8] Roladka z mięsa wieprzowo-wołowego w sosie własnym 120g/80g [1/6/8] , ziemniaki 200g Marchewka duszona z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem 25g, Pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2531, Białko 89, Tłuszcze 80, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 387, Cukry 61, Błonnik: 30, Sól 4,8
	Jogurt na deser 125g [6]		sok warzywny 300ml[8]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], mandarynka 1 szt , sałata lodowa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml [1/8] Pulpet z dorsza w sosie z pomidorowo-bazyliowym 120g/80G [1-3/5/8] , ziemniaki 200g Mieszanka warzyw na parze z oliwą z oliwek i migdałami 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2531, Białko 89, Tłuszcze 80, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 387, Cukry 61, Błonnik: 30, Sól 4,8
	Jogurt na deser 125g [6]		sok warzywny 300ml[8]	
Dzieci	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], mandarynka 1 szt , sałata lodowa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml [1/8] Roladka z mięsa wieprzowo-wołowego w sosie własnym 120g/80g [1/6/8] , ziemniaki 200g Mieszanka warzyw na parze z oliwą z oliwek i migdałami 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2531, Białko 89, Tłuszcze 80, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 387, Cukry 61, Błonnik: 30, Sól 4,8
	Jogurt na deser 125g [6]		sok warzywny 300ml[8]	
PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Przetarta 500ml [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Energia Kcal. 2531, Białko 89, Tłuszcze 80, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 387, Cukry 61, Błonnik: 30, Sól 4,8
	Jogurt naturalny 100g [6]		sok warzywny 300ml	
Chirurgiczna pooperacyjna	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mus jabłko mandarynka 120g , sałata lodowa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml [1/8] Roladka z mięsa wieprzowo-wołowego w sosie własnym 120g/80g [1/6/8] , ziemniaki 200g Marchewka duszona z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] Wędlina zawędzana parzona 50g [1/5/7-10], dżem 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2531, Białko 89, Tłuszcze 80, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 387, Cukry 61, Błonnik: 30, Sól 4,8

Chrupki kukurydziane 10g + mus jabłkowy 100g		kisiel 250ml
--	--	--------------

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posilek"

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

Dieta	25.mar.25 - wtorek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama10g twarożek śmietankowy 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa libańska z ciecierzycą i ziemniakami 350g [1/8] Pierś z kurczaka nadziewana farszem mięsno-warzywnym (na parze) 120g [1/2] + sos koperkowy 80g [1/6/8], kasza surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9],wędlina 40g [1/7-10], papryka 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcze 57, Tłuszcze Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
	Galaretka malinowa 180ml		jabłko 1 sztuka 120-150g	
Leikostrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g twarożek śmietankowy 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z selera naciowego zabelana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka nadziewana farszem mięsno-warzywnym (na parze) 120g [1/2] + sos koperkowy 80g [1/6/8], kasza surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9],wędlina 40g [1/7-10], , pomidor 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcze 57, Tłuszcze Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
	Galaretka malinowa 180ml		jabłko 1 sztuka 120-150g	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g twarożek śmietankowy 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z selera naciowego zabelana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka nadziewana farszem mięsno-warzywnym (na parze) 120g [1/2] + sos koperkowy 80g [1/6/8], kasza surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9],wędlina 40g [1/7-10], pomidor 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcze 57, Tłuszcze Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
	Galaretka malinowa 180ml + jogurt naturalny 100g [6]		jabłko 1 sztuka 120-150g	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g filet wędzony z indyka [1/5/7-10] , miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z selera naciowego zabelana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka nadziewana farszem mięsno-warzywnym (na parze) 120g [1/2] + sos koperkowy 80g [1/6/8], kasza surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9], wędlina 40g [1/7-10], pomidor b/s 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml	Energia Kcal. 2191, Białko 109, Tłuszcze 56, Tłuszcze Nasycone 8, Węglowodany 329, Cukry 47, Błonnik: 32, Sól 5
	Galaretka malinowa 180ml		jabłko pieczone 1 sztuka 120-150g	
Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g twarożek śmietankowy 100g [6] , filet z indyka wędzony 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Zupa z selera naciowego zabelana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka nadziewana farszem mięsno-warzywnym (na parze) 120g [1/2] + sos koperkowy 80g [1/6/8], kasza surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9],wędlina 40g [1/7-10], papryka 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	Energia Kcal. 2216, Białko 108, Tłuszcze 62, Tłuszcze Nasycone 9, Węglowodany 339, Cukry 41, Błonnik: 46, Sól 5
	Galaretka malinowa 180ml b/c	kanapka 1 szt [1/2/5-10]	jabłko 1 sztuka 120-150g	
WY	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6]	Zupa z selera naciowego zabelana 350g [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2191,

Dgr. Pob. s. Zolajdka	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g filet wędzony z indyka [1/57-10] , miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Pierś z kurczaka nadziewana farszem mięsno-warzywnym (na parze) 120g [1/2] + sos koperkowy 80g [1/6/8], kasza surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9], wędlina 40g [1/7-10], pomidor b/s 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml	Białko 109, Tłuszcze 56, Tłuszcze Nasycone 8, Węglowodany 329, Cukry 47, Błonnik: 32, Sól 5
	Galaretka malinowa 180ml		jabłko pieczone 1 sztuka 120-150g	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g twarożek śmietankowy 100g [6] , miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z selera naciowego zabieleną 350g [1/6/8] Roladka z piersi z kurczaka (mięso mielone na parze) 120g [1/2] + sos koperkowy 80g [1/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9], wędlina mielona 50g [1/7-10], pomidor b/s 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcze 57, Tłuszcze Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
	Galaretka malinowa 180ml		jabłko pieczone 1 sztuka 120-150g	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g twarożek śmietankowy 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z selera naciowego zabieleną 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka nadziewana farszem mięsno-warzywnym (na parze) 120g [1/2] + sos koperkowy 80g [1/6/8], kasza surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9], wędlina 40g [1/7-10], papryka 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcze 57, Tłuszcze Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
	Galaretka malinowa 180ml		jabłko 1 sztuka 120-150g	
Dzieci	Jogurt owocowy 100g [6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g twarożek śmietankowy 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z selera naciowego zabieleną 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka nadziewana farszem mięsno-warzywnym (na parze) 120g [1/2] + sos koperkowy 80g [1/6/8], kasza Buraczki duszone [1/6] 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9], wędlina 40g [1/7-10], , pomidor 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcze 57, Tłuszcze Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
	Galaretka malinowa 180ml		jabłko 1 sztuka 120-150g	
PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Przetarta 500ml [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcze 57, Tłuszcze Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
	jogurt naturalny 100g [6]	Budyń pitny 250g [6]	mus jabłkowy 150g	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g filet wędzony z indyka [1/57-10] , miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z selera naciowego zabieleną 350g [1/6/8] Roladka z piersi z kurczaka (mięso mielone na parze) 120g [1/2] + sos koperkowy 80g [1/6/8], kasza jęczmienna drobna surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina drobiowa parzona 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 20g, pomidor b/s 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcze 57, Tłuszcze Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5

	Galaretka malinowa 180ml		jabłko pieczone 1 sztuka 120-150g
--	--------------------------	--	-----------------------------------

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

Dieta	24.mar.25 - poniedziałek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6] pieczywo razowe 100g[1], rama10g wędlina - szynka wędzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pasta z pieczonych warzyw 80g [8], jabłko 1szt 120-150g Kakao 200ml	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołabki z kapusty pekińskiej z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g cukinia duszona z mini marchewką i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcze 96, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	Owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g wędlina - szynka wędzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pasta z pieczonych warzyw 80g [8], jabłko 1szt 120-150g Kakao 200ml	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołabki bez zawijania z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g cukinia duszona z mini marchewką i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcze 96, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	Owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]	
Wys. Białkowa (Gimnologia)	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g wędlina - szynka wędzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pasta z pieczonych warzyw 80g [8], jabłko 1szt 120-150g Kakao 200ml	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołabki bez zawijania z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g cukinia duszona z mini marchewką i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcze 96, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g wędlina - szynka wędzona drobiowa 50g[1/5/7-10], dżem owocowy 20g, pasta z pieczonych warzyw 80g [8], mus Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] Potrawka ze schabu 180g [1/8] + ziemniaki 200g cukinia duszona z mini marchewką i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, pasta z białek 50g [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2457, Białko 91, Tłuszcze 77, Tłuszcze Nasycone 9,3, Węglowodany 350, Cukry 87, Błonnik: 93, Sól 5,5
	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]	
Cukrzyca	pieczywo razowe 100g[1], rama10g wędlina - szynka wędzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pasta z pieczonych warzyw 80g [8], jabłko 1szt 120-150g Kakao 200ml Bez Cukru	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołabki bez zawijania z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g cukinia duszona z mini marchewką i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia Kcal. 2351, Białko 133, Tłuszcze 65, Tłuszcze Nasycone 11, Węglowodany 252, Cukry 51, Błonnik: 36, Sól 5,2
	sok pomidorowy 300 ml	kanapka 1 szt [1/2/5-10]	skyr naturalny 140g [6]	
Łądkowy	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] Potrawka ze schabu 180g [1/8] + ziemniaki 200g	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]	Energia Kcal. 2457, Białko 91, Tłuszcze 77, Tłuszcze

Dgr. Pob. s. Żo	wędlina - szynka wędzona drobiowa 50g[1/5/7-10], dżem owocowy 20g, pasta z pieczonych warzyw 80g [8], mus jabłkowy 1szt 120-150g	cukinia duszona z mini marchewką i oliwą z oliwek 130g	szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, pasta z białek 50g [2], sałata mix 10g	//, tłuszcze Nasycone 9,3, Węglowodany 350, Cukry 87, Błonnik: 93, Sól 5,5
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Mielona	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcze 96, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g wędlina - szynka wędzona mielona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pasta z pieczonych warzyw 80g [8], mus jabłkowy 1szt Kakao 200ml	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołabki bez zawijania z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g cukinia duszona z mini marchewką i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa mielona 100g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, pasta z jajek 50g [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	
Bogato Energetyczna	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcze 96, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g wędlina - szynka wędzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pasta z pieczonych warzyw 80g [8], jabłko 1szt 120-150g Kakao 200ml	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołabki bez zawijania z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g cukinia duszona z mini marchewką i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	
Dzieci	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcze 96, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	Jogurt owocowy 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g wędlina - szynka wędzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pasta z pieczonych warzyw 80g [8], jabłko 1szt 120-150g Kakao 200ml	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołabki bez zawijania z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g cukinia duszona z mini marchewką i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	
PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8] Kakao 200ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcze 96, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik:
	jogurt naturalny 100g [6]	Kisiel do picia 250ml	sok warzywny 300 ml	
Chirurgiczna pooperacyjna	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcze 96, Tłuszcze Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6] Jogurt owocowy 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g wędlina - szynka wędzona drobiowa 50g[1/5/7-10], dżem owocowy 20g, pasta z pieczonych warzyw 80g [8], mus jabłkowy 1szt 120-150g Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] Potrawka ze schabu 180g [1/8] + ziemniaki 200g cukinia duszona z mini marchewką i oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, pasta z białek 50g [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posilek"

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

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