

Dieta		NOWE MIASTO LUBAWSKIE			
25.maj.25 - niedziela					
ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI	
Podstawa	--- jogurt 100g [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2739, Białko 114, Tłuszcz 106, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 332 Cukry 57, Błonnik: 41, Sól 4,9	
	Pieczywo razowe pszenno żytnie100g[1], masło10g[6] parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9]+ ketchup, pomidor 60g, jabłko 1 szt., sałata masłowa 10g	Schabowy wieprzowy panierowany smażony 130g [1/2]+ ziemniaczki 200g Bukiet warzyw na parze z olejem rzepakowym i czarnuszką 130g	Pieczywo razowe pszenno żytnie100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem i koperkiem 60g [6], ogórek 50g, sałata mix 10g		
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml		
	owsianka Dawtona 100g		Kefir 200ml [6]		
Lekkostrawna	--- jogurt 100g /150g [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcz 103, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6	
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9]+ ketchup, pomidor 60g, jabłko 1 szt., sałata masłowa 10g	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	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem i koperkiem 60g [6], pomidor 60g, sałata mix 10g		
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml		
	owsianka Dawtona 100g		Kefir 200ml [6]		
Wys. Białkowe (Białkooginia)	--- jogurt 100g /150g [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcz 103, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6	
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9]+ ketchup, pomidor 60g, jabłko 1 szt., sałata masłowa 10g	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	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem i koperkiem 60g [6], pomidor 60g, sałata mix 10g		
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml		
	owsianka Dawtona 100g + skyr 120g[6]		Kefir 200ml [6]		
Nisko Tłuszczowa	--- jogurt 100g /150g [6]	Rosół domowy z makaronem (jarski) 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2490, Białko 103, Tłuszcz 81, Tłuszcz Nasycone 9, Węglowodany 337 Cukry 53, Błonnik: 31, Sól 5,2	
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki drobiowe 2szt. + ketchup + pomidor b/s 50g + banan 1 szt.	Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g Dyńia na parze z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlna drobiowa 30g [1/7-10], twarożek z jogurtem i koperkiem 60g [6], pomidor b/s 60g, sałata mix 10g		
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml		
	owsianka Dawtona 100g		Kefir 200ml [6]		
Dietetyczna	jogurt 100g /150g [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2739, Białko 114, Tłuszcz 106, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 332 Cukry 57, Błonnik: 41, Sól 4,9	
	--- Pieczyworazowe pszenno żytnie100g[1], rama 20g parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9]+ ketchup, pomidor 60g, jabłko 1 szt., sałata masłowa 10g	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	Pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem i koperkiem 60g [6], ogórek 50g, sałata mix 10g		
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru		
	sok warzywny 300 ml	kanapka 1 szt [1/2/5-10]	Kefir 200ml [6]		
Dlż. Paj. s. Złagłowny	--- jogurt 100g /150g [6]	Rosół domowy z makaronem (jarski) 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2490, Białko 103, Tłuszcz 81, Tłuszcz Nasycone 9, Węglowodany 337 Cukry 53, Błonnik: 31, Sól 5,2	
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki drobiowe 2szt. + ketchup + pomidor b/s 50g + banan 1 szt.	Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g Dyńia na parze z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlna drobiowa 30g [1/7-10], twarożek z jogurtem i koperkiem 60g [6], pomidor b/s 60g, sałata mix 10g		
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml		
	owsianka Dawtona 100g		Kefir 200ml [6]		
Młoda	--- jogurt 100g /150g [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcz 103, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6	
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9]+ ketchup, pomidor b/s 60g, jabłko z pieca 1 szt., sałata masłowa 10g	Pulpeciki ze schabu w sosie własnym 120/80 [1/2/8]+ ziemniaczki 200g Dyńia na parze z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem i koperkiem 60g [6], pomidor b/s 60g, sałata mix 10g		
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml		
	owsianka Dawtona 100g		Kefir 200ml [6]		
Bogata Energetyczna	--- jogurt 100g /150g [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcz 103, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6	
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9]+ ketchup, pomidor 60g, jabłko 1 szt., sałata masłowa 10g	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	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem i koperkiem 60g [6], pomidor 60g, sałata mix 10g		
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml		
	owsianka Dawtona 100g		Kefir 200ml [6]		
Dzieci	jogurt 100g /150g [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcz 103, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6	
	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g parówka z szynki 2 szt [1/5/8/9]+ ketchup, pomidor 60g, jabłko 1 szt., sałata masłowa 10g	Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g Dyńia na parze z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 60g [1/7-10], twarożek z jogurtem i koperkiem 60g [6], pomidor 60g, sałata mix 10g		
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml		
	owsianka Dawtona 100g + skyr 120g[6]		Kefir 200ml [6]		
Pajka	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcz 103, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	jogurt naturalny 100g [6]	kefir 200g [6]	Sok marchew-seler 300ml[8]		
Dietetyczna poproperacyjna	--- jogurt 100g /150g [6]	Rosół domowy z makaronem (jarski) 350 ml [1/2/8]	---	Energia Kcal. 2530, Białko 104, Tłuszcz 103, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 369 Cukry 53, Błonnik: 35, Sól 4,6	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g parówki drobiowe 2szt. + ketchup + pomidor b/s 50g + banan 1 szt.	Schab z pieca w sosie własnym w kawałku 100 g / 80g [1/2/8] + ziemniaczki 200g Dyńia na parze z oliwą z oliwek 120g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlna drobiowa 30g [1/7-10], twarożek z jogurtem i koperkiem 60g [6], pomidor b/s 60g, sałata mix 10g		
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml		
	owsianka Dawtona 100g		Galaretką 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 tubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		NOWE MIASTO LUBAWSKIE			
24.maj.25 - sobota		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Pudłowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8]	---		Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcz 107, Tłuszcz Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	Pieczyczo 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]	Pierogi z mięsem 5 szt. [1/8] 300g + maselko 10g [6] + koperek Surówka z marchewki i sezamu z olejem słonecznikowym 130g [10] Kompot 250ml	Pieczyczo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasztet drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8], serek kiri 1 szt[6], sałatka z białej rzodkiewki 80g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	Pomarańcza 1 szt 150g			galaretka 180g	
Lekustrowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8]	---		Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcz 107, Tłuszcz Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	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] Pasztet drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8], serek kiri 1 szt. [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	Pomarańcza 1 szt 150g			galaretka 180g	
Wys. Białkowa (Białoklogia)	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8]	---		Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcz 107, Tłuszcz Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	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] Pasztet drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8], serek kiri 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	Pomarańcza 1 szt 150g + budyń 120g [1/6]			jogurt 100g [6]	
Miało Tłuszczowe	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8]	---		Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcz 107, Tłuszcz Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], pomidor b/s 60g, 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] wędlna 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 50g [2/9], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	mus brzoskwińowo-jałbkowy 150g			galaretka 180g	
Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8]	---		Energia Kcal. 2749, Białko 148, Tłuszcz 109, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 305 Cukry 46, Błonnik: 41, Sól 4,9
	Pieczyczo 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	Pierogi z mięsem 5 szt. [1/8] 300g + maselko 10g [6] + koperek Surówka z marchewki i sezamu z olejem słonecznikowym 130g [10] Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczyczo razowe 100g [1], masło10g[6] Pasztet drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8], serek kiri 1 szt[6], sałatka z białej rzodkiewki 80g, sałata mix 10g Herbata 250ml Bez Cukru		
	Pomarańcza 1 szt 150g	kanapka 1 szt [1/2/5-10]		galaretka b/c 180g	
Dgr. Pół. s. Ziegłowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8]	---		Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcz 107, Tłuszcz Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], pomidor b/s 60g, 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] wędlna 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 50g [2/9], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	mus brzoskwińowo-jałbkowy 150g			galaretka 180g	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8]	---		Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcz 107, Tłuszcz Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna mielona 100g [1/5/7-10],pasta z jaj 60g [2], pomidor B/S 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Gulasz drobiowy rozdrobniony 200g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g [8] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Pasztet drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8],serek kiri 1 szt [6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	mus brzoskwińowo-jałbkowy 150g			galaretka 180g	
Bogato Energetyczne	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8]	---		Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcz 107, Tłuszcz Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	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] Pasztet drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8],serek kiri 1 szt [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	Pomarańcza 1 szt 150g			galaretka 180g	
Dzieci	Jogurt 100g [6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską i wędzonką 350 ml [1/8]	---		Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcz 107, Tłuszcz Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	Pieczyczo pszenne 100g [1], rama 10g wędlna 40g [1/5/7-10], pomidor 60g, dżem 25g, sałata mix 10g Herbata 250ml	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] Pasztet drobiowy z fileta z kurczaka 80g [1/2/8], serek kiri 1 szt. [6], Pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	Pomarańcza 1 szt 150g			galaretka 180g	
PIPIA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]		Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcz 107, Tłuszcz Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml		Herbata 250ml	
	jogurt naturalny 100g [6]			galaretka 180g	
Chirurgiczna (operacyjna)	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Krupnik z drobną kaszą krakowską [1/8]	---		Energia Kcal. 2689, Białko 147, Tłuszcz 107, Tłuszcz Nasycone 11, Węglowodany 297 Cukry 51, Błonnik: 39, Sól 5
	Pieczyczo pszenne 100g [1], rama 10g wędlna 40g [1/5/7-10], pomidor b/s 60g, 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] wędlna 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 50g [2/9], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml		
	mus brzoskwińowo-jałbkowy 150g			galaretka 180g	

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 tulin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		NOWE MIASTO LUBAWSKIE			
23.maj.25 - piątek		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Pudłowa	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	---	Energia Kcal. 2697, Białko 87, Tłuszcz 88, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 395 Cukry 71, Błonnik: 39, Sól 4,9
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g fromage 80g[6],miód 25G, pomidor 60g, sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Kotlet z dorsza i łososia na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8], ziemniaczki 200g surówka z kapusty białej 120 g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta jajeczno-turczykowa 100g [2/3/9], papryka 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	serek waniliowy 150g [6]	
Laktazerna	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	---	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcz 72, Tłuszcz Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g fromage 80g[6],miód 25G, pomidor 60g, sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Kotlet z dorsza i łososia 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-turczykowa 100g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	serek waniliowy 150g [6]	
Wys. Białkowa (Białobójka)	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	---	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcz 72, Tłuszcz Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g fromage 80g[6], miód 25G, pomidor 60g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Kotlet z dorsza i łososia 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-turczykowa 100g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	serek waniliowy 150g [6]	
Mleko Tłuszczowe	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	---	Energia Kcal. 2460, Białko 86, Tłuszcz 73, Tłuszcz 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 60g, sałata mix 10g, Herbata czerwona 250ml	Kotlet z dorsza i łososia 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 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	serek waniliowy 150g [6]	
Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	---	Energia Kcal. 2510, Białko 86, Tłuszcz 72, Tłuszcz Nasycone 10, Węglowodany 370 Cukry 51, Błonnik: 38, Sól 4,9
	Pieczywo razowe100g[1], rama 20g fromage 80g[6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 60g, sałata mix 10g Kakao 260ml [6]	Kotlet z dorsza i łososia na parze 130g w jasnym sosie bazyliowym [1/2/3/8], ziemniaczki 200g surówka z kapusty białej 120g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta jajeczno-turczykowa 100g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	skyr naturalny 140g [6]	
Diet. Pół. s. Ziegłowski	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	---	Energia Kcal. 2460, Białko 86, Tłuszcz 73, Tłuszcz 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 60g, sałata mix 10g, Herbata czerwona 250ml	Kotlet z dorsza i łososia 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 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	serek waniliowy 150g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	---	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcz 72, Tłuszcz Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g fromage 80g[6], miód 25g, pomidor B/S 60g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Kotlet z dorsza i łososia 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-turczykowa 100g [2/3/9], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	serek waniliowy 150g [6]	
Biglio Energetyzacja	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	---	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcz 72, Tłuszcz Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 20g fromage 80g[6],miód 25G, pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kotlet z dorsza i łososia 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-turczykowa 100g [2/3/9], pomidor +0g, roszponka 10g Herbata 250ml	serek waniliowy 150g [6]	
Dieteci	Jogurt naturalny 100g [6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	---	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcz 72, Tłuszcz Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g fromage 80g[6],miód 25G, pomidor 60g, sałata mix 10g Kakao 260ml [6]	Kotlet z dorsza i łososia 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-turczykowa 100g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	serek waniliowy 150g [6]	
PIPIKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	---	---	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcz 72, Tłuszcz Nasycone 10, Węglowodany 386 Cukry 71, Błonnik: 38, Sól 4,7
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	serek waniliowy 150g [6]	
Dietetyczna nieopieczynka	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8]	---	---	Energia Kcal. 2503, Białko 86, Tłuszcz 72, Tłuszcz 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 60g, sałata mix 10g, Herbata czerwona 250ml	Kotlet z dorsza i łososia 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 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	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 tubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		22.maj.25 - czwartek			
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
		OBIAD		KOLACJA + (KOLACJA 21)	
				WARTOŚCI	
Pocztowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---		
	0 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] jogurt owocowy 150g [6]	Kurczak po tajsaku 180g [1/8], ryż brązowy 200g sałatka z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml		Energia Kcal. 2659, Białko 97, Tłuszcz 102, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 340, Cukry 60, Błonnik: 37, Sól 5
Lekustrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---		
	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, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] jogurt owocowy 150g [6]	Kurczak po tajsaku 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g sałatka z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml		Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcz 101, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
Wyg. Białkowa (Białoboga)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---		
	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, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] jogurt owocowy 150g [6]	Kurczak po tajsaku 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g sałatka z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml		Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcz 101, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
Nisko Tłuszczowe	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---		
	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 jogurt owocowy 150g [6]	Potrawka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] + ryż paraboliczny 200g sałatka z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s 60g, sałata10g , Herbata 250ml		Energia Kcal. 2610, Białko 93, Tłuszcz 93, Tłuszcz Nasycone 9, Węglowodany 330, Cukry 60, Błonnik: 31, Sól 4,9
Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---		
	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 jogurt naturalny 150g [6]	Kurczak po tajsaku 180g [1/8], ryż brązowy 200g sałatka z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml Bez Cukru	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml Bez Cukru		Energia Kcal. 2320, Białko 93, Tłuszcz 81, Tłuszcz Nasycone 10, Węglowodany 304, Cukry 54, Błonnik: 36, Sól 4,7
Dgr. Pak. s. Zniehdowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---		
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlna drobiowa parzona 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g , jabłko z pieca 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml jogurt owocowy 150g [6]	Potrawka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] + ryż paraboliczny 200g sałatka z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s 60g, sałata10g , Herbata 250ml		Energia Kcal. 2610, Białko 93, Tłuszcz 93, Tłuszcz Nasycone 9, Węglowodany 330, Cukry 60, Błonnik: 31, Sól 4,9
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---		
	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] jogurt owocowy 150g [6]	Potrawka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] + ziemniaki 200g sałatka z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona mielona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml		Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcz 101, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---		
	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] jogurt owocowy 150g [6]	Kurczak po tajsaku 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g sałatka z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml		Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcz 101, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 60, Błonnik: 35, Sól 5
Dzieln	---	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---		
	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 jogurt owocowy 150g [6]	Kurczak po tajsaku 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g 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 kiri 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml		Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcz 101, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
PIEKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]		
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] jogurt naturalny 100g [6]	Kompot 250ml Kisiel pitny 250g	Herbata 250ml Mus owocowy tubka 100g		Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcz 101, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
Chirurgiczna/ortopedyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---		
	---	Potrawka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] + ryż paraboliczny 200g sałatka z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s 60g, sałata10g , Herbata 250ml		Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcz 101, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5

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 lubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		NOWE MIASTO LUBAWSKIE			
21.maj.25 - środa		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Pudła	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1,6]	Zupa szczawiowa 350ml [1/2/8]	---	---	Energia Kcal. 2631, Białko 92, Tłuszcze 80, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 390, Cukry 61, Błonnik: 30, Sól 5
	Pieczyczo razowe 100g [1], rama 10g Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], kiwi 1 szt., sałata lodowa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kotlet mielony wieprzowo - wołowy smażony 120g [1/2], ziemniaki 200g Mieszanka warzyw na parze z oliwą z oliwek i migdałami 130g Kompot 250ml	Pieczyczo razowe 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem 25g, rzodkiewka 50g, roszpinka 10g Herbata 250ml	sok pomidorowy 300ml [8]	
Lekustrowa	Zupa mleczna z kłuskami 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], kiwi 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 60g, roszpinka 10g Herbata 250ml	sok pomidorowy 300ml [8]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kłuskami 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], kiwi 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 60g, roszpinka 10g Herbata 250ml	sok pomidorowy 300ml [8]	
Mielna Tłuszczowa	Zupa mleczna z kłuskami 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 owocowy tubka 100g, 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 60g, roszpinka 10g Herbata 250ml	Kisiel czysty 300 ml	
Cukrzyca	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1,6]	Zupa szczawiowa 350ml [1/2/8]	---	---	Energia Kcal. 2130, Białko 87 Tłuszcze 76, Tłuszcze Nasycone9, Węglowodany 286 Cukry 61, Błonnik: 36, Sól 4,8
	Pieczyczo razowe 100g [1], rama20g Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], kiwi 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	Chleb razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], Ogórek zielony 50g, rzodkiewka 50g, roszpinka 10g Herbata 250ml	sok pomidorowy 300ml [8]	
Diet. - z. Złaglowy	Zupa mleczna z kłuskami 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 owocowy tubka 100g, 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 60g, roszpinka 10g Herbata 250ml	Kisiel czysty 300 ml	
Mielona	Zupa mleczna z kłuskami 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 mielona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], kiwi 1 szt., 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] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem 25g, Pomidor b/s 60g, roszpinka 10g Herbata 250ml	sok pomidorowy 300ml [8]	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z kłuskami 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], kiwi 1 szt., sałata lodowa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	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], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem 25g, Pomidor 60g, roszpinka 10g Herbata 250ml	sok pomidorowy 300ml [8]	
Dzieci	---	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
	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], kiwi 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 60g, roszpinka 10g Herbata 250ml	sok pomidorowy 300ml [8]	
PIPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	---	---	Energia Kcal. 2531, Białko 89, Tłuszcze 80, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 387, Cukry 61, Błonnik: 30, Sól 4,8
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	sok pomidorowy 300ml [8]	
Chirurgiczna poporaczynia	Zupa mleczna z kłuskami 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 pszenne 100g[1], rama 10g Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mus owocowy tubka 100g, sałata lodowa 30g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	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 60g, roszpinka 10g Herbata 250ml	Kisiel czysty 300 ml	

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 lubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		NOWE MIASTO LUBAWSKIE			
20.maj.25 - wtorek		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Pudłowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama10g twarożek śmietankowy 100g [6], miód 25g, pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Mus owocowy tubka 100g	Zupa libańska z ciecierzycą i ziemniakami 350g [1/8] Pierś z kurczaka duszona 120g [1/2] w sosie dyniowym 80g [1/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g [1] surówka z buraczką z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	---	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9],wędlna 40g [1/7-10], papryka 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcz 57, Tłuszcz Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g twarożek śmietankowy 100g [6], miód 25g, pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Mus owocowy tubka 100g	Zupa z selera naciowego zabeliana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka duszona 120g [1/2] w sosie dyniowym 80g [1/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g [1] surówka z buraczką z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9],wędlna 40g [1/7-10], , pomidor 60g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcz 57, Tłuszcz Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
Wys. Białkowa (Białekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g twarożek śmietankowy 100g [6], miód 25g, pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Mus owocowy tubka 100g + jogurt naturalny 100g [6]	Zupa z selera naciowego zabeliana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka duszona 120g [1/2] w sosie dyniowym 80g [1/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g [1] surówka z buraczką z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9],wędlna 40g [1/7-10], pomidor 60g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcz 57, Tłuszcz Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
Niska Tłuszczowa	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 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml Mus owocowy tubka 100g	Zupa z selera naciowego zabeliana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka duszona 120g [1/2] w sosie dyniowym 80g [1/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g [1] surówka z buraczką z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9], wędlna 40g [1/7-10], pomidor b/s 60g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2191, Białko 109, Tłuszcz 56, Tłuszcz Nasycone 8, Węglowodany 329, Cukry 47, Błonnik: 32, Sól 5
Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g twarożek śmietankowy 100g [6], filet z indyka wędzony 50g [1/57-10], pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru Jogurt naturalny 150g [6]	Zupa z selera naciowego zabeliana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka duszona 120g [1/2] w sosie dyniowym 80g [1/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g [1] surówka z buraczką 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],wędlna 40g [1/7-10], papryka 50g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2216, Białko 108, Tłuszcz 62, Tłuszcz Nasycone 9, Węglowodany 339, Cukry 41, Błonnik: 46, Sól 5
Dyr. Pch. z Zęglakowy	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 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml Mus owocowy tubka 100g	Zupa z selera naciowego zabeliana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka duszona 120g [1/2] w sosie dyniowym 80g [1/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g [1] surówka z buraczką z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9], wędlna 40g [1/7-10], pomidor b/s 60g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2191, Białko 109, Tłuszcz 56, Tłuszcz Nasycone 8, Węglowodany 329, Cukry 41, Błonnik: 32, Sól 5
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g twarożek śmietankowy 100g [6], miód 25g, pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Mus owocowy tubka 100g	Zupa z selera naciowego zabeliana 350g [1/6/8] Roladka z piersi z kurczaka (mięso mielone na parze) 120g [1/2] w sosie dyniowym 80g [1/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9], wędlna mielona 50g [1/7-10], pomidor b/s 60g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcz 57, Tłuszcz Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g twarożek śmietankowy 100g [6], miód 25g, pomidor 60g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Mus owocowy tubka 100g	Zupa z selera naciowego zabeliana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka duszona 120g [1/2] w sosie dyniowym 80g [1/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g [1] surówka z buraczką z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9],wędlna 40g [1/7-10], pomidor 60g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcz 57, Tłuszcz Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
Dla ci	Jogurt owocowy 100g [6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g twarożek śmietankowy 100g [6], miód 25g, pomidor 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml Mus owocowy tubka 100g	Zupa z selera naciowego zabeliana 350g [1/6/8] Pierś z kurczaka duszona 120g [1/2] w sosie dyniowym 80g [1/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g [1] Buraczki duszone [1/6] 130g Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] sałatka z tuńczyka i warzyw 80g [3/8/9],wędlna 40g [1/7-10], , pomidor 60g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcz 57, Tłuszcz Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
PIPKA	Przetarta 500ml [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] jogurt naturalny 100g [6]	Przetarta 500ml [1/2/8] Kompot 250ml Budyń pitny 250g [6]	---	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcz 57, Tłuszcz Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5
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 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml Mus owocowy tubka 100g	Zupa z selera naciowego zabeliana 350g [1/6/8] Roladka z piersi z kurczaka (mięso mielone na parze) 120g [1/2] w sosie dyniowym 80g [1/6/8], kasza jęczmienna surówka z buraczką z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	---	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna drobiowa parzona 50g [1/57-10], dżem owocowy 20g, pomidor b/s 60g, sałata lodowa 30g Herbata z cytryną 250ml Jogurt naturalny 150g [6]	Energia Kcal. 2271, Białko 110, Tłuszcz 57, Tłuszcz Nasycone 8, Węglowodany 336, Cukry 42, Błonnik: 34, Sól 4,5

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 tulin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta		NOWE MIASTO LUBAWSKIE			
19.maj.25 - poniedziałek		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołąbki z kapusty pekińskiej z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera i jabłka 120g [6/8] Kompot 250ml	---	Pieczyczo razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 60g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcz 96, Tłuszcz 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]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołąbki bez zawijania z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera i jabłka 120g [6/8] Kompot 250ml	---	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 60g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcz 96, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	Owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]		
Wys. Białkowa (Białekojadnia)	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołąbki bez zawijania z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera i jabłka 120g [6/8] Kompot 250ml	---	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 60g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcz 96, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]		
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6]	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 60g, pasta z białek 50g [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2457, Białko 91, Tłuszcz 77, Tłuszcz 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], pomidor 60g, jabłko 1szt 120-150g, rukola 10g Kakao 200ml	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołąbki bez zawijania z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera i jabłka 120g [6/8] Kompot 250ml	---	Pieczyczo razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 60g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2351, Białko 133, Tłuszcz 65, Tłuszcz 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]		
Dgr. Pch. s. Związkowy	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6]	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 60g, pasta z białek 50g [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2457, Białko 91, Tłuszcz 77, Tłuszcz Nasycone 9,3, Węglowodany 350, Cukry 87, Błonnik: 93, Sól 5,5
	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]		
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołąbki 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 60g, pasta z jajek 50g [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcz 96, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]		
Biegła Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołąbki bez zawijania z sosem pomidorowym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g Surówka z selera i jabłka 120g [6/8] Kompot 250ml	---	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 60g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcz 96, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]		
Dried	Jogurt owocowy 100g [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/8] Gołąbki 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 60g, jajko 1 szt [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcz 96, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 150g [6]		
PIPKA	Przetarta 500ml [1/2/8] Kakao 200ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcz 96, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik:
	jogurt naturalny 100g [6]	Kisiel do picia 250ml	sok warzywny 300 ml		
Chirurgiczna poręczajina	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [1,6] Jogurt owocowy 100g [6]	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 60g, pasta z białek 50g [2], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia Kcal. 2532, Białko 115, Tłuszcz 96, Tłuszcz Nasycone 13, Węglowodany 302, Cukry 53, Błonnik: 39, Sól 6,7
	owsianka Dawtona - tubka 100g		Serek szarlotka 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