

Dieta	15.cze.25 - niedziela		Nowe Miasto Lubawskie	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	---	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2397 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 6, węglowodany 266g w tym cukry 59g, błonnik 47g, sól 4,5g
	Jogurt owocowy 150g [6]	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1]	Pieczyczo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6]	
	Pieczyczo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kiszona kapusta z jabłkiem i porem 130g	Pieczyczo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 50g, sałata 10g	
	Pomarańcza 120-150g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Lekustrawna	---	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt owocowy 150g [6]	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]	
	Pieczyczo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	sałata z oliwą z oliwek 100g	serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 50g, sałata 10g	
	Pomarańcza 120-150g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Pomarańcza 120-150g + jogurt naturalny 100g		Jogurt bułgarski 200 g [6]	
Wys. Białkowe (biologicznie)	---	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt owocowy 150g [6]	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]	
	Pieczyczo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	sałata z oliwą z oliwek 100g	serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 50g, sałata 10g	
	Pomarańcza 120-150g + jogurt naturalny 100g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Pomarańcza 120-150g + jogurt naturalny 100g		Jogurt bułgarski 200 g [6]	
Nisko Tłuszczowa	---	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6,2g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt owocowy 150g [6]	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	Pieczyczo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	sałata z oliwą z oliwek 100g	serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 50g, sałata 10g	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Jogurt bułgarski 200 g [6]	
Cukrzycya	Jogurt naturalny 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2305 kcal, Białko 101, Tłuszcze 89g w tym nasycone 22, węglowodany 275g w tym cukry 61g, błonnik 64g, sól 5,9g
	---	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1]	Pieczyczo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6]	
	Pieczyczo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidor 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kiszona kapusta z jabłkiem i porem 130g	serek fromage 80g [6], jajko 1szt [2], pomidor 50g, sałata 10g	
	Pomarańcza 120-150g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Pomarańcza 120-150g		Jogurt bułgarski 200 g [6]	
Dgr. Pab. s. Zniegalkowy	---	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6,2g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt owocowy 150g [6]	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	Pieczyczo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	sałata z oliwą z oliwek 100g	serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 50g, sałata 10g	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Jogurt bułgarski 200 g [6]	
Mielona	---	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt owocowy 150g [6]	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]	
	Pieczyczo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlna mielona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g	serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 50g, sałata 10g	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Jogurt bułgarski 200 g [6]	
Brazniczana	Zupa jarska 350ml	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2191 kcal, Białko 106g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 265g w tym cukry 54g, błonnik 47g, sól 5,9g
	---	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]	
	Pieczyczo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	sałata z oliwą z oliwek 100g	wędlna szynkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, pomidor 50g, sałata 10g	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Sok pomidorowy 300ml	
Dzieci	Jogurt owocowy 150g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2016, Białko 106, Tłuszcze 65g w tym nasycone 6,2g, węglowodany 238g w tym cukry 60g, błonnik 28g, sól 4,8g
	---	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1]	pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6]	
	Pieczyczo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g	serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 50g, sałata 10g	
	Pomarańcza 120-150g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Pomarańcza 120-150g		Jogurt bułgarski 200 g [6]	
PIPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100/150g[6]		Jogurt bułgarski 200 g [6]	
Chirurgiczne poparzenia	---	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt 150g [6]	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	Pieczyczo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g	wędlna szynkowa 50g [1/2/5-10], dżem owocowy 25 g, pomidor b/s 50g, sałata10g	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Jogurt bułgarski 200 g [6]	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Postępek"

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	14.cze.25 - sobota		Nowe Miasto Lubawskie	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Poniedziałek	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2707, Białko 147, Tłuszcze 85g w tym nasycone 7, węglowodany 315g w tym cukry 81g, błonnik 56g, sól 5g
	Pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6],pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Jogurt pitny 200g [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g [1/8], kasza gryczana 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] twarózek z bazylią 100g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
Lekstrawna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6],pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Jogurt pitny 200g [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarózek z bazylią 100g [6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
Wys. Białkowe (Białkologia)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6],pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Jogurt pitny 200g [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarózek z bazylią 100g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2520, Białko 110, Tłuszcze 73g w tym nasycone 6, węglowodany 237g w tym cukry 109g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6],pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml Jogurt pitny 200g [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g marchewka mix na parze z olejem rzepakowym 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarózek z bazylią 100g [6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
Cukrzyca	Jogurt 100g [6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2492, Białko 131, Tłuszcze 82g w tym nasycone 6, węglowodany 284g w tym cukry 61g, błonnik 55g, sól 5g
	Pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6],pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g [1/8], kasza gryczana 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczywo razowe100g[1], masło10g[6] twarózek z bazylią 100g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	
Dgr. Pib. s. Związkowy	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2520, Białko 110, Tłuszcze 73g w tym nasycone 6, węglowodany 237g w tym cukry 109g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6],pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml Jogurt pitny 200g [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g marchewka mix na parze z olejem rzepakowym 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarózek z bazylią 100g [6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 80g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6],pomidor b/s 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Jogurt pitny 200g [6]	Roladka ze schabu w sosie własnym 120g/80g [1/8] , ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarózek z bazylią 100g [6] , wędlina mielona 100g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	
Bazyleczna	Kisiel 300ml	Zupa brokułowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2559, Białko 119, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6,1, węglowodany 322g w tym cukry 40g, błonnik 42g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g [5/7],pomidor 50g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
Dzieci	Jogurt owocowy 150g [6]	Zupa brokułowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2366, Białko 117, Tłuszcze 70,5g w tym nasycone 6, węglowodany 299g w tym cukry 69g, błonnik 42g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6],pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml Jogurt pitny 200g [6]	Schab z pieca w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], twarózek z bazylią 100g [6] , pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
PIKWA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Jogurt 150g[6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Chirurgiczna poproterefina	0 0	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6],pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml Galaretką owocową 180g	Roladka ze schabu w sosie własnym 120g/80g[1/8], ziemniaki 200g marchewka mix na parze z olejem rzepakowym 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor B/S 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 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	13.cze.25 - piątek	Nowe Miasto Lubawskie		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Poniedziałek	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2504, Białko 130, Tłuszcze 75g w tym nasycone 7, węglowodany 283g w tym cukry 93g, błonnik 43g, sól 4,3g
	Pieczywo razowe + bułka kajzerka 100g[1], masło10g[6], ser gouda 30g [6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Łosoś w sosie koperkowym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej 120g Kompot 250ml	Pieczywo razowe100g[1], masło10g[6] pasta z warzyw i tuńczyka 80g [2/3/8/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Lekcestrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Łosoś w sosie koperkowym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Seler z oliwą z oliwek 120 g [8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z warzyw i tuńczyka 80g [2/3/8/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Wys. Białkowa (dietykologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Łosoś w sosie koperkowym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Seler z oliwą z oliwek 120 g [8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z warzyw i tuńczyka 80g [2/3/8/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g + jogurt owocowy 100g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2341, Białko 126, Tłuszcze 65g w tym nasycone 4, węglowodany 296g w tym cukry 90g, błonnik 35g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, sałata 10g Herbata czerwona 250ml	Łosoś w sosie koperkowym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Seler z oliwą z oliwek 120 g [8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z warzyw i tuńczyka 80g [2/3/8/9], jajko 1 szt. [2], pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2375, Białko 111, Tłuszcze 89g w tym nasycone 5, węglowodany 256g w tym cukry 58g, błonnik 55g, sól 4g
	Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] ser gouda 45g [6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Łosoś w sosie koperkowym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej 120g Kompot 250ml	Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] pasta z warzyw i tuńczyka 80g [2/3/8/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Mandarynka 1 szt 100-120g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Dj. Pch. s. Zębatkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2341, Białko 126, Tłuszcze 65g w tym nasycone 4, węglowodany 296g w tym cukry 90g, błonnik 35g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, sałata, Herbata czerwona 250ml	Łosoś w sosie koperkowym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Seler z oliwą z oliwek 120 g [8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z warzyw i tuńczyka 80g [2/3/8/9], pasta z białek jaj 50g [2], pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna mielona 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, Kakao 200ml [6]	Pulpet z łososia w sosie koperkowym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Seler z oliwą z oliwek 120 g [8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z warzyw i tuńczyka 80g [2/3/8/9], pasta z jajek 50g [2], pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Mus jabłko-banan 150g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Bazyliszczowa	Zupa jarska 350ml	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2205, Białko 84, Tłuszcze 75g w tym nasycone 5, węglowodany 276g w tym cukry 76g, błonnik 48g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix, Herbata 250ml	Łosoś w sosie koperkowym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Seler z oliwą z oliwek 120 g [8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z warzyw i tuńczyka 80g [2/3/8/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 120-150g		Jogurt vege 150g [6]	
Dietci	Jogurt naturalny 100g [6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2188, Białko 127, Tłuszcze 61g w tym nasycone 6, węglowodany 268g w tym cukry 87g, błonnik 33g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, Kakao 260ml [6]	Łosoś w sosie koperkowym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Seler z oliwą z oliwek 120 g [8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z warzyw i tuńczyka 80g [2/3/8/9], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Jogurt naturalny 150g [6]	
PIPIA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Kakao 200ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100/150g[6]		Jogurt naturalny 150g [6]	
Chirurgiczna poporaczejna	Zupa grysikowa 350 ml [1/2/5/8]	---	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, sałata 10g Herbata czerwona 250ml	Łosoś w sosie koperkowym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Seler z oliwą z oliwek 120 g [8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt naturalny 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 skorupki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	12.cze.25 - czwartek	Nowe Miasto Lubawskie		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Poniedziałek	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350 ml [8]	---	Energia: 2433 kcal, Białko 110, Tłuszcze 86g w tym nasycone 8, węglowodany 287g w tym cukry 53g, błonnik 52g, sól 4,7g
	Pieczywo razowe pszenno-żytnie 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 5g, sałatka jarzynowa 100g [2/8], sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Galaretka 180ml	Kurczak po tajsku 180g [8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze z czarnuszką i olejem rzepakowym 120g Kompot 250ml	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek topiony lactima 1 szt. [6], ogórek kiszony 50g, jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
Lekustrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350 ml [8]	---	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 5g, sałatka jarzynowa 100g [2/8], sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Galaretka 180ml	Kurczak po tajsku 180g [8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze z czarnuszką i olejem rzepakowym 120g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek topiony lactima 1 szt. [6], pomidor 50g, jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
Wys. Białkowa (dietykologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350 ml [8]	---	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 5g, sałatka jarzynowa 100g [2/8], sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Galaretka 180ml	Kurczak po tajsku 180g [8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze z czarnuszką i olejem rzepakowym 120g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek topiony lactima 1 szt. [6], pomidor 50g, jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350 ml [8]	---	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 5g, sałatka jarzynowa bez groszku z koperkiem i oliwą z oliwek 100g [2/8], sałata Herbata 250ml Galaretka 180ml	Pierś z pieca 110g w sosie 80g, ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze (cukinia /marchewka)120g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pasta warzywno-jajeczna 50g [2/8], pomidor b/s 50g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
Cukrzyca	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350 ml [8]	---	Energia: 2344, Białko 108, Tłuszcze 9g w tym nasycone 28, węglowodany 269g w tym cukry 72g, błonnik 56g, sól 4,9g
	Pieczywo razowe pszenno-żytnie 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 5g, sałatka jarzynowa 100g [2/8], sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Galaretka b/c 180ml	Kurczak po tajsku 180g [8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze z czarnuszką i olejem rzepakowym 120g Kompot 250ml	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek topiony lactima 1 szt. [6], ogórek kiszony 50g, jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
Dług. Pob. s. Zębatkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350 ml [8]	---	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 5g, sałatka jarzynowa bez groszku z koperkiem i oliwą z oliwek 100g [2/8], sałata Herbata 250ml Galaretka 180ml	Pierś z pieca 110g w sosie 80g, ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze (cukinia /marchewka)120g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pasta warzywno-jajeczna 50g [2/8], pomidor b/s 50g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350 ml [8]	---	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 50g [1/3/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Galaretka 180ml	Kurczak po tajsku z mięsa siekanego 180g [8], ziemniaki 200g Mieszanka warzyw na parze z czarnuszką i olejem rzepakowym 120g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 50g [1/5/7-10], serek topiony lactima 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
Bazyliszka	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350 ml [8]	---	Energia: 2540, Białko 97, Tłuszcze 90g w tym nasycone 9g, węglowodany 318g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 5g, sałatka jarzynowa 100g [2/8], sałata lodowa 10g Herbata 250ml Galaretka 180ml	Kurczak po tajsku 180g [8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze z czarnuszką i olejem rzepakowym 120g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt [2], pomidor 50g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
Dzięci	---	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350 ml [8]	---	Energia: 2409 Białko 116, Tłuszcze 66g w tym nasycone 5, węglowodany 324g w tym cukry 71,1g, błonnik 29g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 5g, sałatka jarzynowa 100g [2/8], sałata lodowa 10g Herbata 250ml Galaretka 180ml	Kurczak po tajsku 180g [8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze z czarnuszką i olejem rzepakowym 120g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek topiony lactima 1 szt. [6], pomidor 50g, jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
PARKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Galaretka 180ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml kefir 200 ml [6]	
Chirurgiczna popopręczyjina	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350 ml [8]	---	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], dżem 25 g, sałata 10g Herbata 250ml Galaretka 180ml	Pierś z pieca 110g w sosie 80g, ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze (cukinia /marchewka)120g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek topiony lactima 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 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 skorupki, 13 siarka, 14 miedzaki

Dieta	11.cze.25 - środa		Nowe Miasto Lubawskie	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Polietawa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo razowe 100g [1], masło 10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], wędlina 30g [1/2/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Banan 1 szt 120-150g	Zupa grysikowa 350ml [1/8] Udko z kurczaka z kością 160g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy 80g [1/2/8], dżem 25g, papryka 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcz 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], wędlina 30g [1/2/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Banan 1 szt 120-150g	Zupa grysikowa 350 ml [1/8] Udko z kurczaka z kością 160g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy 80g [1/2/8], dżem 25g, pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcz 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
Wys. Białkowe (Białko/dięgi)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], wędlina 30g [1/2/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Banan 1 szt 120-150g + jogurt naturalny 100g	Zupa grysikowa 350ml [1/8] Udko z kurczaka z kością 160g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy 80g [1/2/8], dżem 25g, pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcz 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 200g [6], wędlina 30g [1/2/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml Banan 1 szt 120-150g	Zupa grysikowa 350ml [1/8] Udko z kurczaka z kością 160g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy 80g [1/2/8], dżem 25g, pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcz 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
Cukrzyca	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo razowe 100g [1], masło 10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], wędlina 30g [1/2/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] pomarańcza 1 szt. Bez Cukru	Zupa grysikowa 350ml [1/8] Udko z kurczaka z kością 160g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy 80g [1/2/8], serek deliser 1 szt., papryka 50g, rukola 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcz 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski lekki 200g [6], wędlina 30g [1/2/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml Banan 1 szt 120-150g	Zupa grysikowa 350ml [1/8] Udko z kurczaka z kością 160g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy 80g [1/2/8], dżem 25g, pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcz 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], wędlina mielona 100g [1/3/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml banan 1 szt. 120-150g	Zupa grysikowa 350ml [1/8] Roladka z udka kurczaka 120 g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy 80g [1/2/8], dżem 25g, pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcz 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Zupa jarska 350ml Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/3/5/7-10], wędlina 30g [1/2/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml Banan 1 szt 120-150g	Zupa grysikowa 350ml [1/8] Udko z kurczaka z kością 160g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy 80g [1/2/8], dżem 25g, pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2440 kcal, Białko 101, Tłuszcz 90g w tym nasycone 12, węglowodany 352g w tym cukry 45g, błonnik 51g, sól 5,7g
Dziaci	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], wędlina 30g [1/2/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Banan 1 szt 120-150g	Zupa grysikowa 350ml [1/8] Udko z kurczaka z kością 160g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy 80g [1/2/8], dżem 25g, pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcz 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Przetarta 500g [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Jogurt naturalny 150g [6]	Przetarta 500g [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500g [1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcz 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
Chirurgiczna popieraszka	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Banan 1 szt 120-150g	Zupa grysikowa 350ml [1/8] Udko z kurczaka z kością 160g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczką z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/2/5/7-10], dżem 25g, pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcz 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	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 lubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	10.cze.25 - wtorek				Nowe Miasto Lubawskie			
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD		KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Pobytowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]		0		Energia: 2527 kcal, Białko 111, Tłuszcze 107g w tym nasycone 11, węglowodany 315 g w tym cukry 53 g, błonnik 52 g, sól 5,3g	
	Pieczywo razowe 100g [1], masło 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], pomidor 50g, sałata rozszponka 10g		Sos boloński 180g [1/8], makaron razowy [1/2] 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g		Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], ogórek 50g, sałata mix 10g			
Laksmatanna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]		0		Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata rozszponka 10g		Sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny [1/2] 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata mix 10g			
Wys. Białkowa (Białkologia)	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]		0		Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata rozszponka 10g		Sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny [1/2] 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata mix 10g			
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]		0		Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g[6], wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata rozszponka 10g		Sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny [1/2] 200g Szpinak duszony 120g		pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 50g [2], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g			
Cukrzyca	Jogurt 100g [6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]		0		Energia: 2437 kcal, Białko 121, Tłuszcze 84g w tym nasycone7, węglowodany 265g w tym cukry 61g, błonnik 64g, sól 4,3g	
	Pieczywo razowe 100g [1], masło 10g[6], wędlina 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], pomidor 50g, sałata rozszponka 10g		Sos boloński 180g [1/8], makaron razowy [1/2] 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g		Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], ogórek 50g, sałata mix 10g			
Dpr. Pch. s. Zabiegłowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]		0		Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g[6], wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata rozszponka 10g		Sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny [1/2] 200g Szpinak duszony 120g		pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 50g [2], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g			
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]		0		Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina mielona 100g [1/3/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, sałata rozszponka 10g		Sos boloński 180g [1/8], ziemniaki 200g Szpinak duszony 120g		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g			
Bazniaczka	Zupa jarska 350 ml		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]		0		Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 5g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 50g, sałata rozszponka 10g		Sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny [1/2] 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata mix 10g			
Dniaci	Jogurt owocowy 100g [6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]		0		Energia: 2106,7 kcal, Białko 121g, Tłuszcze 61,7g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5,5g, węglowodany 253g w tym cukry 52g, błonnik 31g, sól 5g	
	Pieczywo pszenne + 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/3/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata rozszponka 10g		Sos boloński 180g [1/8], ziemniaki 200g Brokuł z oliwą z oliwek 120g		pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] Połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata mix 10g			
PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]		Przetarta 500g [1/2/8]		Przetarta 500g [1/2/8]		Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml		Herbata z cytryną 250ml			
Chirurgiczna poparzeniowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]		Zupa krupnik z ziemniakami 350 ml [1/8]		0		Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g	
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, dżem 25g, sałata rozszponka 10g		Sos boloński 180g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z wórkami kokosowymi z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml		pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 50g [2], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 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 lubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 męcząca

Dieta	09.cze.25 - poniedziałek		Nowe Miasto Lubawskie	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami jagłanymi 300 ml [6]	Zupa pieczarkowa 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2407 kcal, Białko 113g, Tłuszcz 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13g, węglowodany 275g w tym cukry 52g, błonnik 51g, sól 5,3g
	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], sałatka z brokuła [80g] i szynki [20g] -100g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Duszona potrawka z polędwicy wieprzowej w sosie dyniowym 180g [1/8], kasza bulgur 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 50g, sałata10g Herbata 250ml	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami jagłanymi 300 ml [6]	Zupa ziemniaczano - wiosenna 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcz 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], sałatka z brokuła [80g] i szynki [20g] -100g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Duszona potrawka z polędwicy wieprzowej w sosie dyniowym 180g [1/8], kasza bulgur 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 50g, sałata10g Herbata 250ml	
Wys. Białkowa (Biohologika)	Zupa mleczna z płatkami jagłanymi 300 ml [6]	Zupa ziemniaczano - wiosenna 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcz 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], sałatka z brokuła [80g] i szynki [20g] -100g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Duszona potrawka z polędwicy wieprzowej w sosie dyniowym 180g [1/8], kasza bulgur 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 50g, sałata10g Herbata 250ml	
Mleko Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami jagłanymi 300 ml [6]	Zupa ziemniaczano - wiosenna 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2373 kcal, białko: 114g, tłuszcz 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], pomidor b/s 50g, sałata 10g , Herbata 250ml	Duszona potrawka z polędwicy wieprzowej w sosie dyniowym 180g [1/8], kasza bulgur 200g Duszony seler z marchewką mini z oliwą z oliwek 120g [1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, sałata10g Herbata 250ml	
Cukrzyca	Zupa mleczna z płatkami jagłanymi 300 ml [6]	Zupa pieczarkowa 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2756 kcal, białko: 134g, tłuszcz 90g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 9g, węglowodany 280g w tym cukry 38g, błonnik 64g, sól 4,7g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], sałatka z brokuła [80g] i szynki [20g] -100g [1/5/7-10], sałata 10g Kakao200ml [6]	Duszona potrawka z polędwicy wieprzowej w sosie dyniowym 180g [1/8], kasza bulgur 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z warzyw 50g [8], pomidor 50g, sałata10g Herbata 250ml	
Dip. Pch. s. Zagadkowy	Zupa mleczna z płatkami jagłanymi 300 ml [6]	Zupa ziemniaczano - wiosenna 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2373 kcal, białko: 114g, tłuszcz 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Duszona potrawka z polędwicy wieprzowej w sosie dyniowym 180g [1/8], kasza bulgur 200g Duszony seler z marchewką mini z oliwą z oliwek 120g [1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, sałata10g Herbata 250ml	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jagłanymi 300 ml [6]	Zupa ziemniaczano - wiosenna 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcz 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], pomidor b/s 50g, sałata 10g Kakao200ml [6]	Duszona potrawka z polędwicy wieprzowej w sosie dyniowym 180g [1/8], ziemniaki 200g Duszony seler z marchewką mini z oliwą z oliwek 120g [1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 70g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, sałata10g Herbata 250ml	
Bazylia	Zupa jarska 350ml	Zupa ziemniaczano - wiosenna 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2502 kcal, białko: 103g, tłuszcz 110g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 275g w tym cukry 31g, błonnik 29g, sól 4,3g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], sałatka z brokuła [80g] i szynki [20g] -100g [1/5/7-10], sałata 10g Herbata 250ml	Duszona potrawka z polędwicy wieprzowej w sosie dyniowym 180g [1/8], kasza bulgur 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 50g, sałata10g Herbata 250ml	
Dzielnik	Jogurt owocowy 100g [6]	Zupa ziemniaczano - wiosenna 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2223 kcal, białko: 104g, tłuszcz 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 279g w tym cukry 70g, błonnik 25g, sól 4,6g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], sałatka z brokuła [80g] i szynki [20g] -100g [1/5/7-10], sałata 10g , Herbata 250ml	Duszona potrawka z polędwicy wieprzowej w sosie dyniowym 180g [1/8], kasza bulgur 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 50g, sałata10g Herbata 250ml	
PIEKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta + dodatek	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcz 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Kakao200ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Chirurgiczne preparaty	Jogurt naturalny 150g [6]	Zupa ziemniaczano - wiosenna 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcz 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Zupa mleczna z płatkami jagłanymi 300 ml [6] Jogurt 100g [6]	Duszona potrawka z polędwicy wieprzowej w sosie dyniowym 180g [1/8], kasza bulgur 200g Duszony seler z marchewką mini z oliwą z oliwek 120g [1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, sałata10g 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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki				