

Dieta	27.lip.25 - niedziela		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo żytnie razowe 100g [1], margaryna rama 20g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Kotlet schabowy wieprzowy 130g [1/2/6], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2168kcal, Białko 112,7g, Tłuszcze 72,4g w tym nasycone 22,1g, węglowodany 273g w tym cukry 51,8g, błonnik 30g, sól 6,2g
	Nektarynka 1 szt.		Sok marchew seler 300ml [8]	
Leukostrawna	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10],pomidor 70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2174 kcal, Białko 117g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 273g w tym cukry 55g, błonnik 29g, sól 6,4g
	Nektarynka 1 szt.		Sok marchew seler 300ml [8]	
Wys. Białkowa	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6],szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2174 kcal, Białko 117g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 273g w tym cukry 55g, błonnik 29g, sól 6,4g
	Nektarynka 1 szt.		sok marchew seler 300 ml [8]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10],pomidor 70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2174 kcal, Białko 117g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 273g w tym cukry 55g, błonnik 29g, sól 6,4g
	Nektarynka 1 szt.		Sok marchew seler 300ml [8]	
Nisko Tłuszczowa	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 1 szt 70g [3], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7-10], ziemniaczki200g Cukinia z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6],szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2118 kcal, Białko 116g, Tłuszcze 68g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 270g w tym cukry 45,8g, błonnik 27g, sól 6,7g
	Mus owocowy tubka 100g		Sok marchew seler 300ml [8]	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] --- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], margaryna rama 20g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło 10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka 70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2176 kcal, Białko 111g, Tłuszcze 77g w tym nasycone 20,6g, węglowodany 267g w tym cukry 49,3g, błonnik 37,6g, sól 6,5g
	Nektarynka 1 szt.		Sok marchew seler 300ml [8]	
Dgr. Pob. s. Związkowy	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 1 szt 70g [3], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Cukinia z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2118 kcal, Białko 116g, Tłuszcze 68g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 270g w tym cukry 45,8g, błonnik 27g, sól 6,7g
	Mus owocowy tubka 100g		Sok marchew seler 300ml [8]	
Mielona	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], pasta z jaj 1 szt 70g [3], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca siekany na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7- 10], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło 10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa miksowana 30g [1/5/7-10] Pomidor b/s 70g, Herbata 250ml	Energia: 2118 kcal, Białko 116g, Tłuszcze 68g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 270g w tym cukry 45,8g, błonnik 27g, sól 6,7g
	Mus owocowy tubka 100 g		Sok marchew seler 300ml [8]	
Bogato Energetyczna	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Kotlet schabowy wieprzowy 130g [1/2/6], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło 10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2168kcal, Białko 112,7g, Tłuszcze 72,4g w tym nasycone 22,1g, węglowodany 273g w tym cukry 51,8g, błonnik 30g, sól 6,2g
	Nektarynka 1 szt.		Sok marchew seler 300ml [8]	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło 10g[6] szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], humus orzechowy klasyczny 80g [4/7], Pomidor 70g, sałata mix Herbata 250ml	Energia: 2343 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 20,9g, węglowodany 293g w tym cukry 36,8g, błonnik 40g, sól 6,4g
	Mus owocowy tubka 100g		Sok marchew seler 300ml [8]	

Dzieci	Jogurt 100g [6] --- Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlna krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6],szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2174 kcal, Białko 117g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 273g w tym cukry 55g, błonnik 29g, sól 6,4g
	Nektarynka 1 szt.		Sok marchew seler 300 ml [8]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlna krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10] papryka 70g, humus orzechowy klasyczny 80g [4/7],sałata mix Herbata 250ml	Energia: 2343 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 20,9g, węglowodany 293g w tym cukry 36,8g, błonnik 40g, sól 6,4g
	Mus owocowy tubka 100g		Sok marchew seler 300ml [8]	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8] Herbata 250ml	Przetarta z kalafiozem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 502g [1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 2042 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,7g, węglowodany 238g w tym cukry 53g, błonnik 30g, sól 4,9g
	Jogurt 100g [6] + mus 100g tubka		Sok marchew seler 300ml [8]	
Chirurgiczna pooperacyjna	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlna krakowska parzona 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 1 szt 70g [3], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca na duszonej jarzynce 110g/50g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Cukinia z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6],szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2118 kcal, Białko 116g, Tłuszcze 68g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 270g w tym cukry 45,8g, błonnik 27g, sól 6,7g
	Mus owocowy tubka 100g		Kisiel z cukrem 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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	26.lip.25 - sobota		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt[6], pomidorki koktajlowe 50g , roszonek 10g, Herbata 250ml	Zupa z ciecierzycy i soczewicy 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinia 6szt 300g [1/2], jogurt naturalny 100g [6] Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło 10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, rzodkiewka 50g, , mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2387, Białko 97, Tłuszcze 70g w tym nasycone 25,3, węglowodany 348g w tym cukry 67,8g, błonnik 41g, sól 6,5g
	Jabłko 1 szt		serek wiejski 200g [6]	
Leikstrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt[6], pomidorki koktajlowe 50g , roszonek 10g, Herbata 250ml	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinia 7szt 350g [1/2], masło 10g [6] Knedle z brzoskwinia 6szt 300g [1/2], jogurt naturalny 100g [6] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2291, Białko 93, Tłuszcze 72g w tym nasycone 25,6, węglowodany 319g w tym cukry 68,5g, błonnik 31g, sól 6,5g
	Jabłko 1 szt		serek wiejski 200g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt[6], pomidorki koktajlowe 50g , roszonek 10g, Herbata 250ml	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinia 6szt 300g [1/2], jogurt naturalny 100g [6] Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2375, Białko 109, Tłuszcze 72g w tym nasycone 25,6, węglowodany 332g w tym cukry 68,5g, błonnik 31g, sól 6,5g
	Jabłko 1 szt + skyr 140g[6]		serek wiejski 200g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt[6], pomidorki koktajlowe 50g , roszonek 10g, Herbata 250ml	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinia 6szt 300g [1/2], jogurt naturalny 100g [6] Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2375, Białko 109, Tłuszcze 72g w tym nasycone 25,6, węglowodany 332g w tym cukry 68,5g, błonnik 31g, sól 6,5g
	Jabłko 1 szt + skyr 140g[6]		serek wiejski 200g [6]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt[6], pomidor b/s 70g , roszonek 10g, Herbata 250ml	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinia 6szt 300g [1/2], jogurt naturalny 100g [6] Marchewka mix gotowana z oliwą z oliwek i sezamem [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, pomidor b/s 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2265, Białko 80, Tłuszcze 66g w tym nasycone 23,1, węglowodany 354g w tym cukry 72,1g, błonnik 33g, sól 6,8g
	Jabłko z pieca 1 szt		serek wiejski 200g [6]	

Cukrzyca	Pieczycywo razowe 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt[6], pomidorki koktajlowe 50g , roszonepka 10g, Herbata 250ml	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8] Gulasz z piersi kurczaka 200g [1-3/8] , ziemniaki 200g [1] Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	--- Pieczyworazowe 100g[1], maslo10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], rzodkiewka 50g, pomidor 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2033, Białko 114,4g, Tłuszcze 70,3g w tym nasycone 22g, węglowodany 240g w tym cukry 64,4g, błonnik 34g, sól 7,5g
	jabłko 1 szt.	Bez Cukru	Bez Cukru	
Dgr. Pob. s. Znajdkowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt[6], pomidor b/s 70g , roszonepka 10g, Herbata 250ml	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinia 6szt 300g [1/2], jogurt naturalny 100g [6] Marchewka mix gotowana z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8] dżem niskosłodzony 25g, pomidor b/s 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2265, Białko 80, Tłuszcze 66g w tym nasycone 23,1, węglowodany 354g w tym cukry 72,1g, błonnik 33g, sól 6,8g
	Jabłko z pieca 1 szt			
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt[6], pomidor b/s 70g , roszonepka 10g, Herbata 250ml	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinia 6szt 300g [1/2], jogurt naturalny 100g [6] Marchewka mix gotowana z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, pomidor b/s 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2291, Białko 93, Tłuszcze 72g w tym nasycone 25,6, węglowodany 319g w tym cukry 68,5g, błonnik 31g, sól 6,5g
	jabłko z pieca 1 szt.			
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt[6], pomidorki koktajlowe 50g , roszonepka 10g, Herbata 250ml	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinia 6szt 300g [1/2], jogurt naturalny 100g [6] Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2387, Białko 97, Tłuszcze 70g w tym nasycone 25,3, węglowodany 348g w tym cukry 67,8g, błonnik 41g, sól 6,5g
	jabłko 1 szt.			
Bezmielczna	Kisiel 300ml Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasztet domowy 100g [1/2/8], pomidorki koktajlowe 50g , roszonepka 10g, Herbata z cytryną 250ml	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinia 6szt 300g [1/2], jogurt sojowy 125g [5/7] Marchewka mix gotowana z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2357, Białko 85, Tłuszcze 76g w tym nasycone 21,4g, węglowodany 343g w tym cukry 70,8g, błonnik 34g, sól 6,7g
	Jabłko z pieca 1 szt			

Dzieci	Jogurt z ziarnami zbóż 150g [1/6]	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2291, Białko 93, Tłuszcze 72g w tym nasycone 25,6, węglowodany 319g w tym cukry 68,5g, błonnik 31g, sól 6,5g
	Pieczyczo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt[6], pomidorki koktajlowe 50g , roszonepa 10g, Herbata 250ml	Knedle z brzoskwinia 6szt 300g [1/2], jogurt sojowy 125g [5/7] Marchewka mix gotowana z oliwa z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	Pieczyczo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryna 250ml	
	Jabłko 1 szt		serek wiejski 200g [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa koperkowa z kurczakiem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2206, Białko 112g, Tłuszcze 75g w tym nasycone 21,8g, węglowodany 284g w tym cukry 67,2g, błonnik 34,8g, sól 8,2g
	Pieczyczo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasztet domowy 100g [1/2/8], pomidorki koktajlowe 50g , roszonepa 10g, Herbata 250ml	Gulasz z piersi kurczaka 180g [1-3/8] , ziemniaki 200g [1] Marchewka mix gotowana z oliwa z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	Pieczyczo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], rzodkiewka 50g, pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryna 250ml	
	Jabłko z pieca 1 szt		Kaszka manna na napoju owsianym z musem jabłkowym 180g [1]	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia: 2202, Białko 107g, Tłuszcze 64g w tym nasycone 11,1g, węglowodany 264g w tym cukry 84,5g, błonnik 32g, sól 5,6g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jogurt 100g [6] + banan 150g		Kaszka manna na napoju owsianym z musem jabłkowym	
Chirurgiczna pooperacyjna	0	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2033, Białko 114,4g, Tłuszcze 70,3g w tym nasycone 22g, węglowodany 240g w tym cukry 64,4g, błonnik 34g, sól 7,5g
	0	Gulasz z piersi kurczaka 180g [1-3/8] , ziemniaki 200g [1] Marchewka mix gotowana z oliwa z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina chuda drobiowa 50g [1/5/7-10], dżem brzoskwinioy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata z cytryna 250ml	
	jabłko z pieca 1 szt.		Kaszka manna na napoju owsianym z musem jabłkowym	

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 tubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	25.lip.25 - piątek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8]	---	Energia: 2360 Białko 104, Tłuszcze 77g w tym nasycone 27, węglowodany 321g w tym cukry 62,2g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g[1], margaryna rama 20g[6], serek fromage 80g[6], papryka czerwona 70g, sałata mix 10g , morela 1 szt.-100g Kakao 200ml [6]	Smażony dorsz 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	
	sok warzywny 300ml		Jogurt owocowy 150g [6]	
Leikstrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8]	---	Energia: 2372, Białko 107, Tłuszcze 79,9g w tym nasycone 27,8, węglowodany 314g w tym cukry 61,9g, błonnik 28,5g, sól 7g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 70g, sałata mix 10g , morela 1 szt.-100g Kakao 200ml [6]	Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	
	galaretka owocowa niskosłodzona 300ml		Jogurt owocowy 150g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8]	---	Energia: 2455, Białko 123g, Tłuszcze 79,7g w tym nasycone 27,8, węglowodany 325g w tym cukry 61,9g, błonnik 28g, sól 7g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 70g, sałata mix 10g , morela 1 szt. Kakao 200ml [6]	Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml + skyr 140g[6]		Jogurt owocowy 150g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8]	---	Energia: 2455, Białko 123g, Tłuszcze 79,7g w tym nasycone 27,8, węglowodany 325g w tym cukry 61,9g, błonnik 28g, sól 7g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 70g, sałata mix 10g , morela 1 szt. Kakao 200ml [6]	Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml + skyr 140g[6]		Jogurt owocowy 150g [6]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8]	---	Energia: 2212, Białko 98,4, Tłuszcze 68g w tym nasycone 25, węglowodany 312g w tym cukry 52g, błonnik 35g, sól 7,2g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g , mus owocowy tubka 100g Herbata czerwona 250ml	Pieczony dorsz w sosie śmietaowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Duszona dynia z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj z koperkiem 50g [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g , sałata lodowa 10g Herbata 250ml	
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml		Jogurt owocowy 150g [6]	

Cukrzyca	Pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 20g[6], serek fromage 80g[6], papryka czerwona 70g, sałata mix 10g , morela 1 szt. Kakao 260ml [6]	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8] Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	---	Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2216, Białko 98, Tłuszcze 74g w tym nasycone 25,3, węglowodany 294g w tym cukry 67g, błonnik 30,9g, sól 6,7g
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml			mus warzywno -owocowy Dawtona 100g	
Dgr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g , mus owocowy tubka 100g Herbata czerwona 250ml	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8] Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Duszona dynia z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj z koperkiem 50g [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g , sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2212, Białko 98,4, Tłuszcze 68g w tym nasycone 25, węglowodany 312g w tym cukry 52g, błonnik 35g, sól 7,2g
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml			Jogurt owocowy 150g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g ,mus owocowy tubka 100g Kakao 200ml [6]	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8] Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Duszona dynia z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z jajek 50g[2], krakowska parzona 60g- miksowana [1/5/7 -10], pomidor b/s 70g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2212, Białko 98,4, Tłuszcze 68g w tym nasycone 25, węglowodany 312g w tym cukry 52g, błonnik 35g, sól 7,2g
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml			Jogurt owocowy 150g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek fromage 80g[6], papryka czerwona 70g, sałata mix 10g , morela 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8] Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2360 Białko 104, Tłuszcze 77g w tym nasycone 27, węglowodany 321g w tym cukry 62,2g, błonnik 31g, sól 6,8g
	galaretka owocowa niskosłodzona 300ml			Jogurt owocowy 150g [6]	
Bezmielczna	Kisiel bez cukru 300ml Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] Tuńczyk w oleju słonecznikowym 80g[6], pomidor 70g, sałata mix 10g ,mus owocowy tubka 100g Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8] Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	---	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2244, Białko 99,6, Tłuszcze 67g w tym nasycone 17,2, węglowodany 319g w tym cukry 44,7g, błonnik 28g, sól 6,3g
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml			Kaszka kukurydziana na napoju sojowym 250g [5]	

Dzieci	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8]	---	Energia: 2372, Białko 107, Tłuszcze 79,9g w tym nasycone 27,8, węglowodany 314g w tym cukry 61,9g, błonnik 28,5g, sól 7g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 70g, sałata mix 10g , morela 1 szt.-100g Kakao 260ml [6]	Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml		Jogurt owocowy 150g [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel bez cukru 300ml	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8]	---	Energia: 2244, Białko 99,6, Tłuszcze 67g w tym nasycone 17,2, węglowodany 319g w tym cukry 44,7g, błonnik 28g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] Tuńczyk w oleju słonecznikowym 80g[6], pomidor 70g, sałata mix 10g ,mus owocowy tubka 100g Herbata czerwona 250ml	Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], krakowska parzona 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml		Kaszka kukurydziana na napoju sojowym 250g [5]	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem 572g [1/2/8]	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 502 [1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem 435 g[1/2/8]	Energia: 1890, Białko 120, Tłuszcze 70,3g w tym nasycone 12,1, węglowodany 195g w tym cukry 14,2g, błonnik 15,3g, sól 4,7g
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml		Kaszka kukurydziana na napoju sojowym 250g [5]	
Chirurgiczna pooperacyjna	0 0 Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g ,mus tubka 100g Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszy krakowskiej 350 ml [1/8] Pieczony dorsz w sosie śmietanowo- marchewkowym 120g/80g[1/3/6/8], ziemniaczki 200g Duszona dynia z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] dżem brzoskwiniowy 25g , pasta z jaj 80g. [2], pomidor b/s 70g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Białko;80,5 Tłuszcz;73 ,9 Węglowodany;298,1 ENERGIA 2171,4kcal sól 4,7g
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml		mus warzywno -owocowy Dawtona 100g	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	24.lip.25 - czwartek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 20g[6] Paszтет drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], papryka 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8] Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], ogórek 70g, serek deliser 1szt [6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2232 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22, węglowodany 293g w tym cukry 73g, błonnik 32g, sól 6,6g
	serek skyr 140g[6]		owsianka Dawtona 100g	
Leikstrawna	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Paszтет drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8] Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2221 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22, węglowodany 298g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	serek skyr 140g[6]		owsianka Dawtona 100g	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Paszтет drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8] Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2221 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22, węglowodany 298g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	serek skyr 140g[6]		owsianka Dawtona 100g	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Paszтет drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8] Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2221 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22, węglowodany 298g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	serek skyr 140g[6]		owsianka Dawtona 100g	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Paszтет drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], pomidor b/s 70g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8] Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor b/s 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2176, Białko 113, Tłuszcze 64g w tym nasycone 21, węglowodany 298g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	serek skyr 140g[6]		owsianka Dawtona 100g	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g[1], margaryna rama 20g[6] Pasztec drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], papryka 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8] Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	---	Pieczyno żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], ogórek 70g, serek deliser 1 szt [6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2244, Białko 113, Tłuszcze 75g w tym nasycone 22, węglowodany 286g w tym cukry 65,6g, błonnik 34,3g, sól 6,7g
	serek skyr 140g[6]			Kefir 200g [6]	
Dgr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Pasztec drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], pomidor b/s 70g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8] Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	---	pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor b/s 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2176, Białko 113, Tłuszcze 64g w tym nasycone 21, węglowodany 298g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	serek skyr 140g[6]			owsianka Dawtona 100g	
Mielona	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Pasztec drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], pomidor b/s 70g, jabłko pieczone 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8] Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	---	pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa mielona 100g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2221 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22, węglowodany 298g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	serek skyr 140g[6]			owsianka Dawtona 100g	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Pasztec drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8] Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	---	pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2232 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22, węglowodany 293g w tym cukry 73g, błonnik 32g, sól 6,6g
	serek skyr 140g[6]			owsianka Dawtona 100g	
Bezmielczna	Zupa jarska z zacierką 357 g[1/2/8] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Pasztec drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt Kakao na napoju sojowym [5]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8] Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	---	pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Kakao na napoju sojowym [5]	Energia: 2222, Białko 103, Tłuszcze 80g w tym nasycone 23, węglowodany 282g w tym cukry 50g, błonnik 32g, sól 6,2g
	jogurt vege 125g			owsianka Dawtona 100g	

Dzieci	---	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2221 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22, węglowodany 298g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	Piecząco pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml	Piecząca pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	
	serek skyr 140g[6]		owsianka Dawtona 100g	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jaska z zacierką 357 g[1/2/8]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2222, Białko 103, Tłuszcze 80g w tym nasycone 23, węglowodany 282g w tym cukry 50g, błonnik 32g, sól 6,2g
	Piecząco pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Pasztec drobiowy domowy 103,7 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt. Herbata 250ml	Piecząca pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, [2], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Kakao na napoju sojowym [5]	
	jogurt vege 125g		owsianka Dawtona 100g	

PAPKA	Przetarta z kaszą manną i schabem 563 [1/2/8]	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8]	Przetarta z kalafiorem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 1864, Białko 93,7, Tłuszcze 76,2g w tym nasycone 11,6, węglowodany 206g w tym cukry 36,2g, błonnik 20,8g, sól 4,7g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]		owsianka Dawtona 100g	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6]	Zupa dyniowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]	---	Białko 85g Węglowodany 285g Tłuszcze 77,5g Energia 2177,5 ckal sól 4,8 g
	---	Piecząca pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , kasza jęczmienna 200g[6] surówka z buraka 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	
	Serek skyr 140g [6]		owsianka Dawtona 100g	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	23.lip.25 - środa		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], margaryna rama 20g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Udko kurczaka w sosie własnym 160g , ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], miód pszczeli 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2443 kcal, Białko 116, Tłuszcze 88g w tym nasycone 27, węglowodany 302g w tym cukry 52g, błonnik 29g, sól 5g
	Brzoskwinia 150g		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Leikstrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 20g[6] jajko 1 szt. [2],wędlna 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Udko kurczaka w sosie własnym 160g , ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], miód pszczeli 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2445 kcal, Białko 116g, Tłuszcze 88g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 308g w tym cukry 53g, błonnik 27g, sól 5g
	Brzoskwinia 150g		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 20g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Udko kurczaka w sosie własnym 160g , ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], miód pszczeli 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2505 kcal, Białko 120g, Tłuszcze 91,3g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 313g w tym cukry 53g, błonnik 27g, sól 5g
	Brzoskwinia 150g + jogurt 100g [6]		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 20g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10] ,pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Udko kurczaka w sosie własnym 160g , ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], miód pszczeli 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2505 kcal, Białko 120g, Tłuszcze 91,3g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 313g w tym cukry 53g, błonnik 27g, sól 5g
	Brzoskwinia 150g + jogurt 100g [6]		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 20g[6] pasta z białek jaj 70g[2], wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa pietruszkowo-selerowa 350ml [1/8] Udko kurczaka w sosie własnym 160g , ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek wiejski light 200g [6], miód pszczeli 25g, pomidor b/s 70g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2367 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 20g, węglowodany 301g w tym cukry 36,6g, błonnik 25g, sól 5g
	mus owocowy tubka 100g		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g [1], margaryna rama 20g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Udka kurczaka w sosie własnym 160g, ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 120g Kompot 250ml	--- Pieczyno razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], wędlna 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata rozszonka 10g Herbata 250ml	Energia: 2240kcal, Białko 111, Tłuszcze 83g w tym nasycone 25, węglowodany 264g w tym cukry 61g, błonnik 56g, sól 5,2g
	Brzoskwinia 150g		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczyno pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 20g[6] pasta z białek jaj 70g[2], wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa pietruszkowo-selerowa 350ml [1/8] Udka kurczaka w sosie własnym 160g, ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 150g Kompot 250ml	--- pieczyno jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek wiejski light 200g [6],miód pszczeli 25g, pomidor b/s 70g, sałata rozszonka 10g Herbata 250ml	Energia: 2367 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 20g, węglowodany 301g w tym cukry 36,6g, błonnik 25g, sól 5g
	mus owocowy tubka 100g		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczyno pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 20g[6] pasta z jajek 70g [2], wędlna miksowana 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Udka kurczaka siekane w sosie własnym 160g, ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 120g Kompot 250ml	--- pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6],miód pszczeli 25g, pomidor b/s 70g, sałata rozszonka 10g Herbata 250ml	Energia: 2445 kcal, Białko 116g, Tłuszcze 88g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 308g w tym cukry 53g, błonnik 25g, sól 5g
	mus owocowy tubka 100g		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] Pieczyno pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 20g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Udka kurczaka w sosie własnym 160g, ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 120g Kompot 250ml	--- pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], miód pszczeli 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata rozszonka 10g Herbata 250ml	Energia: 2443 kcal, Białko 116, Tłuszcze 88g w tym nasycone 27, węglowodany 302g w tym cukry 52g, błonnik 29g, sól 5g
	Brzoskwinia 150g		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Bezmielczna	Kisiel 300ml Pieczyno pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 20g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa pietruszkowo-selerowa 350ml [1/8] Udka kurczaka w sosie własnym 160g, ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i koperkiem 120g Kompot 250ml	--- pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], miód 25g, Pomidorki koktajlowe 50g, sałata rozszonka 10g Herbata 250ml	Energia: 2384 kcal, Białko 94g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 323g w tym cukry 57g, błonnik 31g, sól 6,9
	Mus owocowy tubka 100g		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	

Dzieci	Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Udka kurczaka w sosie własnym 160g , ziemniaczki z koperkiem 200g bukiet warzyw z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6],miód pszczeni 25g pomidorki koktajlowe 50g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2445 kcal, Białko 116g, Tłuszcze 88g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 308g w tym cukry 53g, błonnik 27g, sól 5g
	Brzoskwinia 150g		Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 20g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa pietruszkowo-selerowa 350ml [1/8] Udka kurczaka w sosie własnym 160g , ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i koperkiem 120g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], tuńczyk 70g [3], Pomidorki koktajlowe 50g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2430 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 301g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 7,8g
	Mus owocowy tubka 100g		Sok marchew-cukinia 300ml [8]	

PAPKA	Przetarta z dynią i kurczakiem 553g[1/2/8] Herbata 250ml	Przetarta z kaszą manną i indykiem 517g [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem 527g [1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 2082 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,5g, węglowodany 214g w tym cukry 60,3g, błonnik 21g, sól 4,8g
	Mus owocowy tubka 100g		Kasza manna na mleku z musiem jabłkowym 250g[1/6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6] 0 Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa selerowo-pietruszkowa 350 ml [8] Udka kurczaka w sosie własnym 160g , ziemniaczki z koperkiem 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 120g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], miód 25g, Pomidor B/S 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Białko;96 Tłuszcz;84 Węglowodany;275 ENERGIA 2204 kcal sól 4,69g
	Mus owocowy tubka 100g		Sok marchew-cukinia 300ml [8]	

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	22.lip.25 - wtorek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], margaryna rama 20g[6] Szykowa 50g [1/5/7-10], serek deliser1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8] Gołąbki z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6] Kompot 250ml	--- Chleb razowy 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, papryka 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2234 kcal, Białko 101, Tłuszcze 66,9g w tym nasycone 24,9, węglowodany 315g w tym cukry 86,9g, błonnik 35g, sól 6,8g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt 150g [6]	
Leikstrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Szykowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8] Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2202 kcal, Białko 99, Tłuszcze 66g w tym nasycone 24,6, węglowodany 319g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt 150g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Szykowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8] Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem 25g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2301 kcal, Białko 117, Tłuszcze 66g w tym nasycone 24, węglowodany 325g w tym cukry 91g, błonnik 31g, sól 7g
	Banan 1 szt 120-150g + skyr 150g[6]		Jogurt 150g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Szykowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8] Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2301 kcal, Białko 117, Tłuszcze 66g w tym nasycone 24, węglowodany 325g w tym cukry 91g, błonnik 31g, sól 7g
	Banan 1 szt 120-150g + skyr 150g[6]		Jogurt 150g [6]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Szykowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8] Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2177 kcal, Białko 97, Tłuszcze 65g w tym nasycone 24, węglowodany 316g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt 150g [6]	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g [1], margaryna rama 20g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8] Gołębki z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6] Kompot 250ml Bez Cukru	--- Chleb razowy 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], serek topiony 1 szt [6], papryka 70g, sałata 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2312 kcal, Białko 99,6, Tłuszcze 70,5g w tym nasycone 23,5, węglowodany 331g w tym cukry 68g, błonnik 43,4g, sól 7,1g
	Jabłko 150-200g		Jogurt 150g [6]	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Piecyno pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8] Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- piecyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2177 kcal, Białko 97, Tłuszcze 65g w tym nasycone 24, węglowodany 316g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt 150g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Piecyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szynkowa - mikсовana 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8] Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- piecyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina mikсовana 50g [1/5/7-10], dżem 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2177 kcal, Białko 97, Tłuszcze 65g w tym nasycone 24, węglowodany 316g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	mus jabłko-banan 150g		Jogurt 150g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Piecyno pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8] Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6] Kompot 250ml	--- piecyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2234 kcal, Białko 101, Tłuszcze 66,9g w tym nasycone 24,9, węglowodany 315g w tym cukry 86,9g, błonnik 35g, sól 6,8g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt 150g [6]	
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml Piecyno pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], tuńczyk w oleju 70g [3], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8] Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- piecyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2195 kcal, Białko 102, Tłuszcze 70g w tym nasycone 22,5, węglowodany 305g w tym cukry 70,9g, błonnik 31g, sól 7,6g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt kokosowy 130g [7]- produkt bezmleczny	

Dzieci	---	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2202 kcal, Białko 99, Tłuszcze 66g w tym nasycone 24,6, węglowodany 319g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt 150g [6]	
Bezmleczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2222 kcal, Białko 102, Tłuszcze 76g w tym nasycone 23,4, węglowodany 298g w tym cukry 62g, błonnik 32g, sól 8,6g
	Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], tuńczyk 70g [3], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], oliwki 50g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Banan 120-150g		Jogurt wegański - produkt bezmleczny	

PAPKA	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 500ml [1/2/8]	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem 500ml [1/2/8]	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem 500ml [1/2/8]	Energia: 1980 kcal, Białko 101, Tłuszcze 64g w tym nasycone 15,1, węglowodany 258g w tym cukry 75g, błonnik 26g, sól 5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]		Budyń na mleku krowim 288g [1/6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata 10g , mus tubka 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]	---	Białko;96,6 Tłuszcz;64,9 Węglowodany;254,3 ENERGIA 2198,3 kcal sól 4,66g
		Roladka z szynki wieprzowej i ryżu w sosie pomidorowym 130g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g , pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Banan 120-150g		Jogurt 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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	21.lip.25 - poniedziałek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [6] pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], twarożek waniliowy 100g [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kakao 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml [1/2/6/8] gulasz z fileta z indyka 200g - duszony [1/8], kasza bulgur gotowana 200g [1] sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10] Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 100g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2239kcal, Białko 116g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27,2g, węglowodany 285g w tym cukry 80g, błonnik 32g, sól 6,3g
	Jabłko 1 szt. - 150g		Kefir 200ml [6]	
Leikstrawna	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], twarożek waniliowy 100g [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kakao 200ml	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8] gulasz z fileta z indyka 200g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2309 kcal, białko: 116g, tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 308g w tym cukry 83g, błonnik 31g, sól 6,5g
	Jabłko 1 szt.-150g		Kefir 200ml [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], twarożek waniliowy 100g [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kakao 200ml	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8] gulasz z fileta z indyka 200g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 100g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2392 kcal, białko: 122g, tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukry 83g, błonnik 31g, sól 6,6g
	Jabłko 1 szt. + jogurt naturalny 100g [6]		Kefir 200ml [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], twarożek waniliowy 100g [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kakao 200ml	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8] gulasz z fileta z indyka 200g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 100g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2392 kcal, białko: 122g, tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 316g w tym cukry 83g, błonnik 31g, sól 6,6g
	Jabłko 1 szt. + jogurt naturalny 100g [6]		Kefir 200ml [6]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], twarożek waniliowy 100g [6], Pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8] gulasz z fileta z indyka 180g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina drobiowa parzona 50g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2136 kcal, białko: 114g, tłuszcze 61g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 297g w tym cukry 75g, błonnik 30g, sól 6g
	Jabłko pieczone 1 szt.-150g		Kefir 200ml [6]	

Cukrzyca	<p>pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], twaróg półtłusty 100g [3/8], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kakao 200ml</p> <p style="text-align: right;">Bez Cukru</p>	<p>Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8]</p> <p>gulasz z fileta z indyka 180g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10] Kompot 250ml</p> <p style="text-align: right;">Bez Cukru</p>	<p>---</p> <p>pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/2/6/8],serek topiony 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g Herbata 250ml</p> <p style="text-align: right;">Bez Cukru</p>	<p>Energia: 2118 kcal, białko: 110g, tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24,9g, węglowodany 263g w tym cukry 75g, błonnik 6431g, sól 6,1g</p>
	Jabłko 1szt.-150g		Kefir 200ml [6]	
Dgr. Pob. s. Związkowy	<p>Zupa mleczna z ryżem 300 ml [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], twarówek waniliowy 100g [6], Pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml</p>	<p>Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8]</p> <p>gulasz z fileta z indyka 180g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina drobiowa parzona 50g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2136 kcal, białko: 114g, tłuszcze 61g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 297g w tym cukry 75g, błonnik 30g, sól 6g</p>
	Jabłko pieczone 1 szt.		Kefir 200ml [6]	
Mielona	<p>Zupa mleczna z ryżem 300 ml [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina szynka zawędzana miksowana 100g [1/5/7-10], twarówek waniliowy 100g [6], Pomidor B/S 70g Kakao 200ml</p>	<p>Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8]</p> <p>Pulpet z fileta z indyka 120g [1/8], kasza bulgur 200g [1] sałata z oliwą z oliwek 100g [10] Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2309 kcal, białko: 116g, tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 308g w tym cukry 83g, błonnik 31g, sól 6,5g</p>
	Jabłko pieczone 1 szt.-150g		Kefir 200ml [6]	
Bogato Energetyczna	<p>Zupa mleczna z ryżem 300 ml [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], twarówek waniliowy 100g [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kakao 200ml</p>	<p>Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8]</p> <p>gulasz z fileta z indyka 180g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10] Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2239kcal, Białko: 116g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27,2g, węglowodany 285g w tym cukry 80g, błonnik 32g, sól 4,3g</p>
	Jabłko 1 szt. - 150g		Kefir 200ml [6]	
Bezmielczna	<p>Zupa jarska 350ml</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], pasta z tuńczyka i białych warzyw 110g [3/8], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml</p>	<p>Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8]</p> <p>gulasz z fileta z indyka 200g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10] Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 100g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2152 kcal, białko: 103g, tłuszcze 76,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 23,9g, węglowodany 278g w tym cukry 68g, błonnik 35g, sól 7,3g</p>
	Jabłko pieczone 1 szt.-150g		sok warzywny 300 ml + pieczywo chrupkie 20g	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2309 kcal, białko: 116g, tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 308g w tym cukry 83g, błonnik 31g, sól 6,5g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], twarożek waniliowy 100g [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g	gulasz z fileta z indyka 180g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] seler z oliwą z oliwek 160g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g	
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jabłko 1szt- 150g.		Kefir 200ml [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2128 kcal, białko: 106,8g, tłuszcze 68g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 20,5g, węglowodany 289g w tym cukry 58g, błonnik 36g, sól 7,4g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 20g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], pasta z tuńczyka i białych warzyw 100g [3/8], Pomidor 70g, sałata mix 10g	gulasz z fileta z indyka 180g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/2/6/8], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, rukola 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jabłko pieczone 1 szt.		sok warzywny 300 ml	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Białko;80 Tłuszcz;67,6 Węglowodany;327 ENERGIA 2119,9kcal sól 5,2g
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g[6]		Kefir 200ml [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z ryżem 300 ml [6] Jogurt 100g [6]	Zupa pomidorowa 350ml [1/2/6/8]	---	Białko;80 Tłuszcz;67,6 Węglowodany;327 ENERGIA 2119,9kcal sól 5,2g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], twarożek waniliowy 100g [6], Pomidor b/s 70g, sałata mix 10g	gulasz z fileta z indyka 180g - duszony [1/8], kasza bulgur 200g [1] seler z oliwą z oliwek 160g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina drobiowa parzona 50g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidor b/s 50g, rukola 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jabłko pieczone 1 szt.		Kefir 200ml [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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty