

Dieta	03.sie.25 - niedziela			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	
Podstawa	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6]  Kompot 250ml	---  Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g serek lactima 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2397 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 16, węglowodany 266g w tym cukry 59g, błonnik 47g, sól 4,5g
	Jabłko 1 szt. 150g		mus owocowy w tubce 100g	
Lekkostrawna	--- Jogurt 100g [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g , serek lactima 1szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jabłko 1 szt. 150g		mus owocowy w tubce 100g	
Wys. Białkowa	--- Jogurt 100g [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g , serek lactima 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jabłko 1 szt. 150g		skyr 125g[6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	--- Jogurt 100g [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g, serek lactima 1 szt[6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jabłko 1 szt. 150g		skyr 125g[6]	
Nisko Tłuszczowa	--- Jogurt 100g [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6]  Kompot 250ml	sok warzywny 300ml[8]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt [6], Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Jabłko z pieca 1 szt. 150g		mus owocowy w tubce 100g	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2437 kcal, Białko 121, Tłuszcze 84g w tym nasycone 11, węglowodany 265g w tym cukry 61g, błonnik 64g, sól 4,9g
	Pieczyczo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Pieczyczo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>Jabłko 1 szt. 150g</b>		<b>sok warzywny 300ml</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Jogurt 100g [6] ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	
Mielona	Jogurt 100g [6] ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina miksowana 70g 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Roladka wieprzowa ze schabu z warzywami (siekana) - pieczona 120g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g , serek lactima 1 szt [6], Pomidor /B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	
Bogato Energetyczna	Jogurt 100g [6] ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g , serek lactima 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>Jabłko 1 szt. 150g</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], Tuńczyk 70g [3], Pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6] --- Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek 120g  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g , serek lactima 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g  Herbata 250ml	Energia: 2016, Białko 106, Tłuszcze 65g w tym nasycone 11g, węglowodany 238g w tym cukry 60g, błonnik 28g, sól 4,8g
	<b>Jabłko 1 szt. 150g</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	
Bezmleczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], Tuńczyk 70g [3], Pomidor 70g, sałata10g  Herbata 250ml	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 9g
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b>		<b>sok warzywny 300ml</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]  Herbata 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek  Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8]  Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] Wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt [6], Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	02.sie.25 - sobota		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , ogórek zielony 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem i olejem rzepakowym 150g[1/6] Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2707, Białko 147, Tłuszcze 85g w tym nasycone 7, węglowodany 315g w tym cukry 81g, błonnik 56g, sól 5g
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	<b>Banan 150g + serek waniliowy 100g [6]</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]  Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	<b>Banan 150g + serek waniliowy 100g [6]</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	
Niska Tłuszczowa	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]  Grilowany filec z kurczaka 100g + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 150g[1/8] Kompot 250ml	sok warzywny 300ml[8]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 70g[2/9], pomidor B/S 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2520, Białko 110, Tłuszcze 73g w tym nasycone 6, węglowodany 237g w tym cukry 109g, błonnik 38g, sól 5g
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	

Cukrzyca	Jogurt 100/150g [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2492, Białko 131, Tłuszcze 82g w tym nasycone 6, węglowodany 284g w tym cukry 61g, błonnik 55g, sól 5g
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , ogórek zielony 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., ogórek kiszony 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>jabłko 1 szt.</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	
Dgr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 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], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Grilowany filet z kurczaka 100g + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 150g[1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 70g[2/9], pomidor B/S 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt z mussem owocowym 125g [6]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor b/s 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], pasta z jaj 70g 1 szt[2/2/6/9]., pomidor B/S 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt z mussem owocowym 125g [6]</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt [2]., ogórek kiszony 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt z mussem owocowym 125g [6]</b>	
Bezmleczna	Kisiel 300ml	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 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], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt.[2], Pomidor 70g, sałata Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt wegański 100g [5]</b>	

Dzieci	Jogurt 100/150g [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2366, Białko 117, Tłuszcze 70,5g w tym nasycone 6, węglowodany 299g w tym cukry 69g, błonnik 42g, sól 4,9g
	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g	Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt., pomidor b/s70g, mix sałat	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	
Bezmleczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 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
	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g	Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., Pomidor 70g, sałata	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt wegański 100g [5]</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	#ADR!	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 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
	Pieczyczo jasne 100g[1], rama 10g[6] Wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt, pomidor b/s 70g + sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Grilowany filec z kurczaka 100g + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 150g[1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 70g[2/9], pomidor B/S 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	

### 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**

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	01.sie.25 - piątek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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+ kajzerka 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 100g [6], miód 25g , papryka czerwona 70g,nektarynka 1 szt , sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Morszczyk smażony 120g[1/3/8], ziemniaczki 200g Surówka z młodej kapusty pekińskiej 130g [1]  Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], serek deliser 1 szt [1/6], Pomidor 70g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt do picia 200ml [6]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix Kakao 200ml [6]	Morszczyk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], serek deliser 1 szt [1/6] , Pomidor 70g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt do picia 200ml [6]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix Kakao 200ml [6]	Morszczyk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], serek deliser 1 szt [1/6] , Pomidor 70g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt do picia 200ml [6]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix Kakao 200ml [6]	Morszczyk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], serek deliser 1szt [1/6] , Pomidor 70g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt do picia 200ml [6]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Niska Tłuszczowa	---	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	sok warzywny 300ml[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], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor b/s 70g, mus tubka 100g ,sałata mix 10g Herbata czerwona 250ml	Morszczyk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], serek deliser 1szt [1/6] , Pomidor b/s 70g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt do picia 200ml [6]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100/150g [6]	Pomidorowa z makaronem 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], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 100g[6], papryka 70g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix Kakao 260ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Surówka z młodej kapusty pekińskiej 130g [1]	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], serek deliser 1szt [1/6] , Pomidor 70g, roszonek 10g	
	<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	<b>Kompot 250ml</b> <b>Bez Cukru</b>	<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	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], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor b/s 70g, mus tubka 100g ,sałata mix 10g Herbata czerwona 250ml	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], serek deliser 1szt [1/6] , Pomidor 70g, roszonek 10g	
	<b>Jogurt do picia 200ml [6]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor b/s 70g, mus tubka 100g ,sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], serek deliser 1 szt [1/6] , Pomidor b/s70g, roszonek 10g	
	<b>Jogurt do picia 200ml [6]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], serek deliser 1 szt [1/6] , Pomidor 70g, roszonek 10g	
	<b>Jogurt do picia 200ml [6]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml	Pomidorowa z makaronem 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], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10]], miód 25g, pomidor 70g, mus tubka 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], tuńczyk 70g [3], Pomidor B/S 70g, roszonek 10g	
	<b>jogurt wegański 125g[7]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	

Dzieci	Jogurt 100/150g [6]	Pomidorowa z makaronem 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], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], serek deliser 1 szt [1/6], Pomidor b/d70g, roszonek 10g	
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt do picia 200ml [6]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Pomidorowa z makaronem 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], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10]], pomidor 70g, mus tubka 100g, sałata mix	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 70g [1/2/5/8], tuńczyk 70g [3], Pomidor B/S 70g, roszonek 10g	
	Herbata czerwona 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt wegański 125g[7]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>sok warzywny 300ml[1/8]</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor b/s 70g, mus tubka 100g ,sałata mix 10g Herbata 250ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
		Morszczuk na parze 120g[1/3/8] ze szpinakiem 50g, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, serek deliser 1 szt [6], jabłko z pieca 1 szt, sałata roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt do picia 200ml [6]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	31.lip.25 - czwartek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100 g [2/8], morela 1szt. , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron razowy 160g [1/2/6/8]200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	---  Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2433 kcal, Białko 110, Tłuszcze 86g w tym nasycone 8, węglowodany 287g w tym cukry 53g, błonnik 52g, sól 4,7g
	Jogurt 150g [6]		Owsianka Dawtona tubka 100g	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100 g [2/8], morela 1szt. , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8]200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Jogurt 150g [6]		Owsianka Dawtona tubka 100g	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100 g [2/8], morela 1szt. , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8]200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Jogurt 150g [6]		Serek waniliowy 150g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100 g [2/8], morela 1szt. , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8]200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Jogurt 150g [6]		Serek waniliowy 150g [6]	
Niska Tłuszczowa	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa bez groszku 100 g [2/8], mus tubka 100g , sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8]200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	sok warzywny 300ml[8]  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z mięsem z kurczaka 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	Jogurt 150g [6]		Owsianka Dawtona tubka 100g	

Cukrzyca	Pieczycywo razowe 100g [1], rama 10g [6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], morela 1szt. , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron razowy 160g [1/2/6/8] 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	---  Pieczycywo żytnie razowe 100g [1], masło 10g [6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2344, Białko 108, Tłuszcze 9g w tym nasycone 28, węglowodany 269g w tym cukry 72g, błonnik 56g, sól 4,9g
	<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczycywo pszenne 100g [1], rama 10g [6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa bez groszku 100g [2/8], mus tubka 100g , sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8] 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] Leczo warzywne z mięsem z kurczaka 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczycywo pszenne 100g [1], rama 10g [6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], mus tubka 100g , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8] 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczycywo pszenne 100g [1], rama 10g [6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], morela 1szt. , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8] 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Bezmleczna	Kisiel 300ml  Pieczycywo pszenne 100g [1], rama 10g [6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], mus tubka 100g , sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8] 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2540, Białko 97, Tłuszcze 90g w tym nasycone 9g, węglowodany 318g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 4,9g
	<b>jogurt vege 125g</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	

Dzieci	---	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]	---	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], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100 g [2/8], morela 1szt. , sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8]200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Bezmleczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]	---	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], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8], mus tubka 100g , sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8]200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	
	<b>jogurt vege 125g</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [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 z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt 100g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] ---	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [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
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], pomidor b/s 70g, sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym niezabielana [1/8], makaron pszenny 160g [1/2/6/8]200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, serek deliser 1 szt [6], jabłko z pieca 1 szt, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	30.lip.25 - środa			
	NOWE MIASTO LUBAWSKIE			
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2255,5kcal, Białko 111,1, Tłuszcze 79,5g w tym nasycone 17,3, węglowodany 274g w tym cukry 73,5g, błonnik 35,8g, sól 5g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, papryka 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Bigos z młodej kapusty 300g [1/5-8] + ziemniaki 200g 0 Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt. + kefir 200ml [6]</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt. + kefir 200ml [6]</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Nisko Tłuszczowa	---	Zupa grysikowa 350g [1/8]	sok warzywny 300ml[8]	Energia: 2393 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 14, węglowodany 289g w tym cukry 82g, błonnik 29g, sól 5,4g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidor b/s 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 70g, papryka 70g, roszponka 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	--- Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2467 kcal, Białko 115, Tłuszcze 99g w tym nasycone 19, węglowodany 279g w tym cukry 69g, błonnik 57g, sól 5,3g
	<b>Jabłko 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dzem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidor b/s 70g + rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2393 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 14, węglowodany 289g w tym cukry 82g, błonnik 29g, sól 5,4g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dzem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidor b/s 70g + rukola 10g pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dzem	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dzem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dzem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidorki koktajlpwe 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2393 kcal, Białko 104, Tłuszcze 97g w tym nasycone 16, węglowodany 276g w tym cukry 54g, błonnik 53g, sól 4,9g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	

Dzieci	---	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Mus owocowy tubka 100g</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2393 kcal, Białko 104, Tłuszcze 97g w tym nasycone 16, węglowodany 276g w tym cukry 54g, błonnik 53g, sól 4,9g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 70g, papryka 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidorki koktajlpwe 50g, rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	---	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
			pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta		NOWE MIASTO LUBAWSKIE		
29.lip.25 - wtorek				
ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )		OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Fasolowa na wędzonce 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 4,8g
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajłowe 50g, sałata roszonek 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie z zielonego groszku 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora z oliwą z oliwek z koperkiem i ziarnami słonecznika 120g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], rzodkiewka 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
brzoskwinia 1szt.			mus warzywno owocowy tubka 100g	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [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
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajłowe 50g, sałata roszonek 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie z zielonego groszku 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora z oliwą z oliwek z koperkiem i ziarnami słonecznika 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
brzoskwinia 1szt.			mus warzywno owocowy tubka 100g	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [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
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajłowe 50g, sałata roszonek 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie z zielonego groszku 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora z oliwą z oliwek z koperkiem i ziarnami słonecznika 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
Jogurt 100g [6] + brzoskwinia 1szt.			budyń waniliowy 200ml[1/6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [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
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajłowe 50g, sałata roszonek 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie z zielonego groszku 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora z oliwą z oliwek z koperkiem i ziarnami słonecznika 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
Jogurt 100g [6] + brzoskwinia 1szt.			budyń waniliowy 200ml[1/6]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor b/s 50g, sałata roszonek 10g Herbata 250ml	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek z koperkiem 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1] Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
jabłko pieczone 1szt.			mus warzywno owocowy tubka 100g	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2437 kcal, Białko 121, Tłuszcze 84g w tym nasycone 7, węglowodany 265g w tym cukry 61g, błonnik 64g, sól 4,3g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajlowe 50g, sałata rozszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie z zielonego groszku 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora z oliwą z oliwek z koperkiem i ziarnami słonecznika 120g Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], rzodkiewka 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>brzoskwinia 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Dgr. Pob. s. Zwiądkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor b/s 50g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek z koperkiem 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>jabłko pieczone 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [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
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska mielona 70g [1/5/7-10], fromage 80g [6], pomidor B/S 70g, rozszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Pulpet z kurczaka 110g w sosie z zielonego groszku 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek z koperkiem 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>jabłko pieczone 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [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
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajlowe 50g, sałata rozszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie z zielonego groszku 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora z oliwą z oliwek z koperkiem i ziarnami słonecznika 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>brzoskwinia 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Bezmleczna	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], pasztecik drobiowy 70g [1/2/6/8], pomidorki kotajlowe 50g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie z zielonego groszku 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora z oliwą z oliwek z koperkiem 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], Pomidor 70g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>jabłko pieczone 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	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 + kajzerka 100g [1], rama10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajlowe 50g, sałata rozszponka 10g	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie z zielonego groszku 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] szpinak duszony 150g[6/8/7]	pieczywo pszenne 70g[1], maslo10g[6] połędwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], Pomidor 70g, sałata mix 10g	
	brzoskwinia 1szt.			mus warzywno owocowy tubka 100g
Bezmleczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], pasztecik drobiowy 70g [1/2/6/8], pomidorki kotajlowe 50g, sałata rozszponka 10g	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie z zielonego groszku 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora z oliwą z oliwek z koperkiem 120g	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], Pomidor 70g, sałata 10g	
	jabłko pieczone 1szt.			mus warzywno owocowy tubka 100g

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [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 z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt 100g [6]		mus warzywno owocowy tubka 100g	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [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
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor b/s 50g, sałata rozszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek z koperkiem 120g	pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] połędwica sopocka 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 80g [1], Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	jabłko pieczone 1szt.		mus warzywno owocowy tubka 100g	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	28.lip.25 - poniedziałek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]  pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [1/2/6/8]  Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron razowy 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g  Herbata 250ml	Energia: 2535 kcal, Białko 124g, Tłuszcze 90g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30,2g, węglowodany 250g w tym cukry 32,8g, błonnik 52g, sól 6,3g
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [1/8]  Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g  Herbata 250ml	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [1/8]  Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g  Herbata 250ml	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>		<b>Budyń 150g [1/6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [1/8]  Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g  Herbata 250ml	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>		<b>Budyń 150g [1/6]</b>	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [1/2/6/8]  Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 130g [1/3/8], Jabłko z pieca 1 szt., pomidor b/s 70g Herbata 250ml	Energia: 2437 kcal, białko: 114g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml <b>Bez Cukru</b>	Brokułowa 350ml [1/8] Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron razowy 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] <b>Bez Cukru</b>	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2756 kcal, białko: 134g, tłuszcze 101g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 9g, węglowodany 230g w tym cukry 38g, błonnik 64g, sól 4,7g
	<b>Galaretka z owocami B/C 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [1/2/6/8] Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 130g [1/3/8], Jabłko z pieca 1 szt., pomidor b/s 70g Herbata 250ml	Energia: 2437 kcal, białko: 114g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina miksowana 70g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 70g , rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [1/8] Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 100g [1/3/8], mus jabłkowy 120g, pomidor b/s 70g Herbata 250ml	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [1/2/6/8] Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], jogurt wegański 120g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola10g Herbata 250ml	Brokułowa 350ml [1/8] Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko z pieca 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml	Energia: 2541 kcal, białko: 103g, tłuszcze 111g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 265g w tym cukry 31g, błonnik 29g, sól 4,3g
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Brokułowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2223 kcal, białko: 104g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 279g w tym cukry 70g, błonnik 25g, sól 4,6g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g  Kakao 200ml	Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym 150g [1]  Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata  Herbata 250ml	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Brokułowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2541 kcal, białko: 103g, tłuszcze 111g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 265g w tym cukry 31g, błonnik 29g, sól 4,3g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], jogurt wegański 120g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola10g  Herbata 250ml	Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1]  Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 150g 70g/80g [1/3/8], jabłko z pieca 1 szt., sałata  Herbata 250ml	
	<b>Galaretka z owocami B/C 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] Jogurt 100g [6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Gulasz z szynki wieprzowej - duszony 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1]  Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**