

Dieta	10.sie.25 - niedziela		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	<p>---</p> <p>Jogurt 150g [6]</p> <p>Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]</p> <p>Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Mizeria 120g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2397 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 6, węglowodany 266g w tym cukry 59g, błonnik 47g, sól 4,5g</p>
	Brzoskwinia 1 szt			Jogurt naturalny 200g [6]
Lekkostrawna	<p>---</p> <p>Jogurt 150g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]</p> <p>Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną i koperkiem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g</p>
	Brzoskwinia 1 szt			Jogurt naturalny 200g [6]
Wys. Białkowa	<p>---</p> <p>Jogurt 150g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]</p> <p>Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną i koperkiem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g</p>
	Brzoskwinia 1 szt			Jogurt naturalny 200g [6]
Wys. Białkowa (Ginekologia)	<p>---</p> <p>Jogurt 150g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]</p> <p>Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną i koperkiem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g</p>
	Brzoskwinia 1 szt			Jogurt naturalny 200g [6]
Niska Tłuszczowa	<p>---</p> <p>Jogurt 150g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]</p> <p>Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną i koperkiem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6,2g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g</p>
	mus jabłko-brzoskwinia 150g			Jogurt naturalny 200g [6]

Cukrzyca	Jogurt naturalny 150g [6] --- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], serek topiony 1 szt [6] , pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml Bez Cukru	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną i koperkiem 100g [6] Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1szt [2], pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2305 kcal, Białko 101, Tłuszcze 89g w tym nasycone 22, węglowodany 275g w tym cukry 61g, błonnik 64g, sól 5,9g
	Brzoskwinia 1 szt		Jogurt naturalny 200g [6]	
Dgr. Pnb. s. Zjadkowy	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną i koperkiem 100g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6,2g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Jogurt naturalny 200g [6]	
Mielona	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona miksowana 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną i koperkiem 100g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Jogurt naturalny 200g [6]	
Bogato Energetyczna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną i koperkiem 100g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], sałatka z selera z szynką 100g [1/2/5- 10], pomidor 70g, Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Brzoskwinia 1 szt		Jogurt naturalny 200g [6]	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml --- Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Sałata z oliwą z oliwek i koperkiem 100g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina szynkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, pomidor 70g, Herbata 250ml	Energia: 2191 kcal, Białko 106g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 265g w tym cukry 54g, błonnik 47g, sól 5,9g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Jogurt naturalny 200g [6]	

Dzieci	Jogurt 150g [6] --- Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Kalafior na parze z olejem rzepakowym 150g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2016, Białko 106, Tłuszcze 65g w tym nasycone 6,2g, węglowodany 238g w tym cukry 60g, błonnik 28g, sól 4,8g
	Brzoskwinia 1 szt		Jogurt naturalny 200g [6]	
Bezmleczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml --- Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g[1/8], pomidorki koktajlowe 100g, sałata 10g Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Sałata z oliwą z oliwek i koperkiem 100g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina szynkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Jogurt naturalny 200g [6]	Energia: 2191 kcal, Białko 106g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 265g w tym cukry 54g, błonnik 47g, sól 5,9g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g			

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8] Herbata 250ml	Przetarta 500g [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500g [1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt 100/150g[6]		Sok pomidorowy 300ml	
Chirurgiczna pooperacyjna	--- Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g,pasta z pomidora 100g[1], sałata 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Pieczeń z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 70g [1/8], Ziemniaki 200g Duszone buraczki 140g [1/6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina szynkowa 50g [1/2/5-10], dżem owocowy 25 g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Jogurt naturalny 200g [6]	

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	09.sie.25 - sobota			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6] Pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 17g -1 szt [6],papryka 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350g [8] Pierogi leniwe 300g [1/2/6] sos jogurtowo - jagodowy 100g [6] - 70g/30g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 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
	Skyr 140g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 17g -1 szt [6],pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350g [8] Pierogi leniwe 300g [1/2/6] sos jogurtowo - jagodowy 100g [6] - 70g/30g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], 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
	Skyr 140g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6],pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350g [8] Pierogi leniwe 300g [1/2/6] sos jogurtowo - jagodowy 100g [6] - 70g/30g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], 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
	Skyr 140g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6],pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350g [8] Pierogi leniwe 300g [1/2/6] sos jogurtowo - jagodowy 100g [6] - 70g/30g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], 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
	Skyr 140g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6],pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [8] Pierogi leniwe 300g [1/2/6] sos jogurtowo - jagodowy 100g [6] - 70g/30g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], 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
	Skyr 140g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	

Cukrzyca	Jogurt 100g [6]	Zupa grysikowa 350g [8]	---	Energia: 2492, Białko 131, Tłuszcze 82g w tym nasycone 6, węglowodany 284g w tym cukry 61g, błonnik 55g, sól 5g
	Pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6],pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Filet z kurczaka 100g + sos 80g [1/8] + ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z masełkiem 150g [6] Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczywo razowe100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	
	Skyr 140g [6]		sok pomidorowy 330ml[1/8]	
Dgr. Pnb. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa grysikowa 350g [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 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6],pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Pierogi leniwe 300g [1/2/6] sos jogurtowo - jagodowy 100g [6] - 70g/30g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Skyr 140g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa grysikowa 350g [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] wędlina miksowana 80g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6],pomidor b/s 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pierogi leniwe 300g [1/2/6] sos jogurtowo - jagodowy 100g [6] - 70g/30g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] 80g [3/6] , wędlina miksowana 100g [1/5/7-10], pomidor 70g, Herbata z cytryną 250ml	
	Skyr 140g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa grysikowa 350g [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] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6],pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pierogi leniwe 300g [1/2/6] sos jogurtowo - jagodowy 100g [6] - 70g/30g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Skyr 140g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Bezmielczna	Kisiel 300ml	Zupa grysikowa 350g [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] wędlina 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g [5/7],pomidor 70g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	Filet z kurczaka 100g + sos 80g [1/8] + ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z masełkiem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	#ADR!		Budyń z napoju sojowego 220g + mus owocowy 100g	

Dzieci	Jogurt 150g [6]	Zupa grysikowa 350g [8]	---	Energia: 2366, Białko 117, Tłuszcze 70,5g w tym nasycone 6, węglowodany 299g w tym cukry 69g, błonnik 42g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 17g -1 szt [6]pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Filet z kurczaka 100g + sos 80g [1/8] + ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z masełkiem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6, pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Skyr 140g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa grysikowa 350g [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] wędlina 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g [5/7],pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Filet z kurczaka 100g + sos 80g [1/8] + ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z masełkiem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Galaretka owocowa b/c 180g		Budyń z napoju sojowego 220g + mus owocowy 100g	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Skyr 140g [6]		Budyń z napoju sojowego 220g + mus owocowy 100g	
Chirurgiczna pooperacyjna	0 0	Zupa grysikowa 350g [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] wędlina 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6],pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Filet z kurczaka 100g + sos 80g [1/8] + ziemniaczki 200g Marchew gotowana z oliwą z oliwek 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor B/S 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Galaretka owocowa 180g		Budyń z napoju sojowego 220g + mus owocowy 100g	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta		NOWE MIASTO LUBAWSKIE		
08.sie.25 - piątek				
ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2504, Białko 130, Tłuszcze 75g w tym nasycone 7, węglowodany 283g w tym cukry 93g, błonnik 43g, sól 4,3g
	Pieczywo razowe + bułka kajzerka 100g[1], rama 10g[6], ser gouda 45g [6], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , papryka czerwona 70g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z ziarnami sezamu i olejem słonecznikowym [10]150g Kompot 250ml	Pieczywo razowe100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
Pomarańcza 200g			Owsianka dawtona 100g	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z ziarnami sezamu i olejem słonecznikowym [10]150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
Pomarańcza 200g			Owsianka dawtona 100g	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z ziarnami sezamu i olejem słonecznikowym [10]150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
Pomarańcza 200g+ jogurt do picia 200g			Owsianka dawtona 100g	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z ziarnami sezamu i olejem słonecznikowym [10]150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
Pomarańcza 200g+ jogurt do picia 200g			Owsianka dawtona 100g	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2341, Białko 126, Tłuszcze 65g w tym nasycone 4, węglowodany 296g w tym cukry 90g, błonnik 35g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor B/S 70g, sałata, Herbata czerwona 250ml	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Marchew mix plastry z olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z jaj 100g [2], wędlina 50g [1/2/8], Pomidor b/s 70g, sałata mix10g Herbata 250ml	
Mus jabłko-banan 150g			Owsianka dawtona 100g	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	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 10g[6] ser gouda 45g [6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , papryka czerwona 70g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z ziarnami sezamu i olejem słonecznikowym [10]150g Kompot 250ml	Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] ,Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
	Pomarańcza 200g		Owsianka dawtona 100g	
Dgr. Pnb. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2341, Białko 126, Tłuszcze 65g w tym nasycone 4, węglowodany 296g w tym cukry 90g, błonnik 35g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata, Herbata czerwona 250ml	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Marchew mix plastry z olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z jaj 100g [2], wędlna 50g [1/2/8], Pomidor b/s 70g, sałata mix10g Herbata 250ml	
	Mus jabłko-banan 150g		Owsianka dawtona 100g	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] - siekana , pomidor b/s 70g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Marchew mix plastry z olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z jaj 100g [2], pasta z wędliny 80g [1/2/8], Pomidor b/s 70g, sałata mix10g Herbata 250ml	
	Mus jabłko-banan 150g		Owsianka dawtona 100g	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z ziarnami sezamu i olejem słonecznikowym [10]150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] ,Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
	Pomarańcza 200g		Owsianka dawtona 100g	
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	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] Tuńczyk 70g [3], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix, Herbata 250ml	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Marchew mix plastry z olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] ,Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
	Banan 120-150g		Owsianka dawtona 100g	

Dzieci	Jogurt naturalny 100g [6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	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] serek waniliowy 100g[6], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g, Kakao 260ml [6]	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Marchew mix plastry z olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
	Pomarańcza 200g		Owsianka dawtona 100g	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/5/8]	---	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] Tuńczyk 70g [3], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix, Herbata czerwona 250ml	Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Marchew mix plastry z olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10] , Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
	Banan 120-150g		Owsianka dawtona 100g	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Kakao 200ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100/150g[6]		Owsianka dawtona 100g	
Chirurgiczna pooperacyjna	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata, Herbata czerwona 250ml	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/5/8] Dorsz w sosie cytrynowym 120g/ 80g[1/3/8], ryż paraboliczny 200g Marchew mix plastry z olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Banan 1 szt 120-150g		Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białka jaj 100g [2], miód naturalny 25g, Pomidor b/s 70g, sałata mix10g Herbata 250ml	
			Owsianka dawtona 100g	

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	07.sie.25 - czwartek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa dyniowa 360g [8]	---	Energia: 2251 kcal, Białko 106, Tłuszcze 73g w tym nasycone 28 węglowodany 298g w tym cukry 68g, błonnik 31g, sól 8,7g		
	Pieczywo żytnio-pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 1 szt 200g [6], dżem truskawkowy niskosł. 25g, rzodkiewka 50g, sałata10g , Herbata 250ml	Kotlet schabowy smażony 120g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g [6], ogórek zielony 70g, jabłko 150g Herbata 250ml			
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]		Sok marchew - seler [8]300ml			
Lekkostrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa dyniowa 360g [8]	---	Energia: 2227 kcal, Białko 110, Tłuszcze 70g w tym nasycone 28 węglowodany 301g w tym cukry 72g, błonnik 29g, sól 9g		
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 1 szt 200g [6], dżem truskawkowy niskosł. 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g [6], pomidor 70g, jabłko 150g Herbata 250ml			
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]		Sok marchew - seler [8]300ml			
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa dyniowa 360g [8]	---	Energia: 2227 kcal, Białko 110, Tłuszcze 70g w tym nasycone 28 węglowodany 301g w tym cukry 72g, błonnik 29g, sól 9g		
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 1 szt 200g [6], dżem truskawkowy niskosł. 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g [6], pomidor 70g, jabłko 150g Herbata 250ml			
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]		Sok marchew - seler [8]300ml			
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa dyniowa 360g [8]	---	Energia: 2227 kcal, Białko 110, Tłuszcze 70g w tym nasycone 28 węglowodany 301g w tym cukry 72g, błonnik 29g, sól 9g		
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 1 szt 200g [6], dżem truskawkowy niskosł. 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g [6], pomidor 70g, jabłko 150g Herbata 250ml			
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]		Sok marchew - seler [8]300ml			
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa dyniowa 360g [8]	---	Energia: 2168, Białko 105, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24, węglowodany 304g w tym cukry 73g, błonnik 30g, sól 8,6g		
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski typu lekki 150g [6], dżem trusk. Niskosłodz. 25g, Pomidor b/s 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g [6], pomidor b/s 70g, jabłko pieczone 150g Herbata 250ml			
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]		Sok marchew - seler [8]300ml			

Cukrzyca	Pieczywo żytnio-pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 1 szt 200g [6], pomidor 70g, rzodkiewka 50g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa dyniowa 360g [8] Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g [6], ogórek zielony 70g, jabłko 150g	Energia: 2068 Białko 101, Tłuszcze 66g w tym nasycone 26, węglowodany 272g w tym cukry 65g, błonnik 31g, sól 8,9g
	Jogurt naturalny 150g [6]	Bez Cukru	Bez Cukru	Sok marchew - seler [8]300ml
Dgr. Pnb. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski typu lekki 150g [6], dżem trusk. Niskosłodz. 25g, Pomidor b/s 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa dyniowa 360g [8] Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g [6], pomidor b/s 70g, jabłko pieczone 150g	Energia: 2168, Białko 105, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24, węglowodany 304g w tym cukry 73g, błonnik 30g, sól 8,6g
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]			Sok marchew - seler [8]300ml
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem trusk. Niskosłodz. 25g, Pomidor b/s 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa dyniowa 360g [8] Pieczony pulpet ze schabu w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g [6], pomidor b/s 70g, jabłko pieczone 150g	Energia: 2227 kcal, Białko 110, Tłuszcze 70g w tym nasycone 28 węglowodany 301g w tym cukry 72g, błonnik 29g, sól 9g
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]			Sok marchew - seler [8]300ml
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 1 szt 200g [6], dżem truskawkowy niskosł. 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa dyniowa 360g [8] Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g [6], pomidor 70g, jabłko 150g	Energia: 2227 kcal, Białko 110, Tłuszcze 70g w tym nasycone 28 węglowodany 301g w tym cukry 72g, błonnik 29g, sól 9g
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]			Sok marchew - seler [8]300ml
Bezmleczna	Kisiel - cuk + cuk bezm / bezml zupa na napoju owsianym z Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka z beczi 50g [1/5/7-10], dżem trusk. Niskosłodz. 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa dyniowa 360g [8] Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt [2], pomidor 70g, jabłko pieczone 150g	Energia: 2136, Białko 96, Tłuszcze 68g w tym nasycone 23 węglowodany 296g w tym cukry 52g, błonnik 30g, sól 8g
	Jogurt wegański 150g [7]			Sok marchew - seler [8]300ml

Dzieci	---	Zupa dyniowa 360g [8] Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka 150g	---	Energia: 2227 kcal, Białko 110, Tłuszcz 70g w tym nasycone 28 węglowodany 301g w tym cukry 72g, błonnik 29g, sól 9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 1 szt 200g [6], dżem truskawkowy niskosł. 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g [6], pomidor 70g, jabłko 150g Herbata 250ml	
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]		Sok marchew - seler [8]300ml	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel - cuk + cuk bezm / bezml zupa na napoju owsianym z	Zupa dyniowa 360g [8] Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka i jabłka 150g	---	Energia: 2136, Białko 96, Tłuszcz 68g w tym nasycone 23 węglowodany 296g w tym cukry 52g, błonnik 30g, sól 8g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka z beczi 50g [1/5/7-10], rzodkiewka 50g, Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt [2], ogórek zielony 70g, jabłko pieczone 150g Herbata 250ml	
	Jogurt veگاński 150g [7]		Sok marchew - seler [8]300ml	

PAPKA	Przetarta z kalafiorem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Herbata 250ml	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta z buraczkiem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słończnikiem 502g Herbata 250ml	Energia: 2227 kcal, Białko 110, Tłuszcz 70g w tym nasycone 28 węglowodany 301g w tym cukry 72g, błonnik 29g, sól 9g
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]		Kaszka manna na mleku z cukrem 250g [1/8]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] ---	Zupa dyniowa 360g [8] Pieczony schab w sosie własnym 110/80g [1/2/8], ziemniaki 200g Surówka z buraczka 150g	---	Energia: 2227 kcal, Białko 110, Tłuszcz 70g w tym nasycone 28 węglowodany 301g w tym cukry 72g, błonnik 29g, sól 9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka drobiowa 50g [1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor b/s 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], kasza manna na mleku z cukrem 250g [1/6], jabłko pieczone 150g Herbata 250ml	
	Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu [6]		Sok marchew - seler [8]300ml	

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	06.sie.25 - środa		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], margaryna rama 10g parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 20g, , sałata 10g + ogórek 70g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8] Pieczone udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8] , ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- Chleb razowy pszenno żytni 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g[6], dżem jagodowy niskosłodzony 25g , papryka 50g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2439 kcal, Białko 110, Tłuszcze 93g w tym nasycone 30,6, węglowodany 295g w tym cukry 76g, błonnik 28g, sól 6,6g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt typu bułgarski 200g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 20g, sałata 10g + pomidor 70g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8] Pieczone udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8] , ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g[6], dżem jagodowy niskosłodzony 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata Herbata 250ml	Energia: 2427kcal, Białko 110, Tłuszcze 93g w tym nasycone 30,5, węglowodany 300g w tym cukry 73g, błonnik 25g, sól 6,6g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt typu bułgarski 200g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 20g, sałata 10g + pomidor 70g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8] Pieczone udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8] , ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g[6], dżem jagodowy niskosłodzony 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata Herbata 250ml	Energia: 2427kcal, Białko 110, Tłuszcze 93g w tym nasycone 30,5, węglowodany 300g w tym cukry 73g, błonnik 25g, sól 6,6g
	Banan 1 szt 120-150g + budyń 250g [1/6]		Jogurt typu bułgarski 200g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 20g, sałata 10g + pomidor 70g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8] Pieczone udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8] , ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g[6], dżem jagodowy niskosłodzony 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata Herbata 250ml	Energia: 2427kcal, Białko 110, Tłuszcze 93g w tym nasycone 30,5, węglowodany 300g w tym cukry 73g, błonnik 25g, sól 6,6g
	Banan 1 szt 120-150g + budyń 250g [1/6]		Jogurt typu bułgarski 200g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g wędlina 50g [1/5/8-10] , miód naturalny 25g, pomidor b/s 70g , sałata 10g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8] Pieczone udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8] , ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g[6], dżem jagodowy niskosłodzony 25g, pomidor b/s 70g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2287kcal, Białko 108, Tłuszcze 72g w tym nasycone 24,6, węglowodany 314g w tym cukry 75g, błonnik 25g, sól 6,1g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt typu bułgarski 200g [6]	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g [1], margaryna rama 10g parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 20g, sałata 10g + ogórek 70g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8] Pieczono udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8] , ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , papryka 50g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2343 kcal, Białko 109, Tłuszcze 98g w tym nasycone 29, węglowodany 263g w tym cukry 47g, błonnik 31g, sól 7,6g
	Kiwi 1 szt 100-120g		Jogurt typu bułgarski 200g [6]	
Dgr. Pnb. s. Związkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g wędlina 50g [1/5/8-10] , miód naturalny 25g, pomidor b/s 70g , sałata 10g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8] Pieczono udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8] , ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g[6], dżem jagodowy niskosłodzony 25g, pomidor b/s 70g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2287kcal, Białko 108, Tłuszcze 72g w tym nasycone 24,6, węglowodany 314g w tym cukry 75g, błonnik 25g, sól 6,1g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt typu bułgarski 200g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 20g, sałata 10g + pomidor b/s 70g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8] Pieczono udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8] , ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora bez skóry z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g[6], dżem jagodowy niskosłodzony 25g, pomidor b/s 70g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2427kcal, Białko 110, Tłuszcze 93g w tym nasycone 30,5, węglowodany 300g w tym cukry 73g, błonnik 25g, sól 6,6g
	Owsianka Dawtona 100g		Jogurt typu bułgarski 200g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 20g, sałata 10g + pomidor 70g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8] Pieczono udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8] , ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , papryka 50g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2427kcal, Białko 110, Tłuszcze 93g w tym nasycone 30,5, węglowodany 300g w tym cukry 73g, błonnik 25g, sól 6,6g
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt typu bułgarski 200g [6]	
Bezmleczna	Zupa jarska z kluskami [1/2/8] 350ml Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 20g, sałata 10g , ogórek 70g Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8] Pieczono udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8] , ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/2/5/7-10] , dżem jagodowy niskosłodzony 25g, pomidorki koktajlowe 50g , sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2385 kcal, Białko 93, Tłuszcze 94g w tym nasycone 25, węglowodany 307g w tym cukry 68g, błonnik 29g, sól 7,2g
	Banan 1 szt 120-150g		Budyń z napoju sojowego 330 g*[1/5]	

Dzieci	---	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8]	---	Energia: 2427kcal, Białko 110, Tłuszcze 93g w tym nasycone 30,5, węglowodany 300g w tym cukry 73g, błonnik 25g, sól 6,6g
	Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 20g, sałata 10g + pomidor 70g Herbata rumiankowa 250ml	Pieczone udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8], ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Brokuł na parze z oliwą z oliwek 140g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z jogurtem i koperkiem 100g[6], dżem jagodowy niskostodzony 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-150g		Jogurt typu bułgarski 200g [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska z kluskami [1/2/8] 350ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8]	---	Energia: 2385 kcal, Białko 93, Tłuszcze 94g w tym nasycone 25, węglowodany 307g w tym cukry 68g, błonnik 29g, sól 7,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 20g, sałata 10g, ogórek 70g Herbata rumiankowa 250ml	Pieczone udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8], ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Pasta z pomidora100g [6/8], wędlina 40g [1/2/5/7-10], pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-150g		Budyń z napoju sojowego 330 g*[1/5]	

PAPKA	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słonecznikiem 502g	Przetarta z pomidorami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i siemieniem lnianym 517g [1/3/8]	Energia: 2427kcal, Białko 110, Tłuszcze 93g w tym nasycone 30,5, węglowodany 300g w tym cukry 73g, błonnik 25g, sól 6,6g
	Herbata rumiankowa 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt naturalny 150g [6]		Budyń z napoju sojowego 330 g*[1/5]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g wędlina 50g [1/5/8-10], miód naturalny 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z oliwą z oliwek 360g [1/8]	---	Energia: 2427kcal, Białko 110, Tłuszcze 93g w tym nasycone 30,5, węglowodany 300g w tym cukry 73g, błonnik 25g, sól 6,6g
		Pieczone udko z kurczaka 160g, sos własny 80g [1/8], ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Seler na parze z oliwą z oliwek 150g [8] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/2/5/7-10], dżem brzoskwinowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml	
	Owsianka Dawtona 100g		Budyń z napoju sojowego 330 g*[1/5]	

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	05.sie.25 - wtorek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo razowe 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], humus paprykowy 100g[1/8], sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8] Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta z kurczaka 300g [1/8], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2594 kcal, Białko 123, Tłuszcze 80g w tym nasycone 24, węglowodany 356g w tym cukry 67 g, błonnik 45 g, sól 9,5g
	Brzoskwinia 150g		Kefir 200g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], pasta z suszonych pomidorów 100g [1/6/8], sałata Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8] Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta z kurczaka 300g [1/8], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2409kcal, Białko 116g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 23,6g, węglowodany 342g w tym cukry 70g, błonnik 40g, sól 9,5g
	Brzoskwinia 150g		Kefir 200g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], pasta z suszonych pomidorów 100g [1/6/8], sałata Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8] Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta z kurczaka 300g [1/8], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2409kcal, Białko 116g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 23,6g, węglowodany 342g w tym cukry 70g, błonnik 40g, sól 9,5g
	Brzoskwinia 150g + jogurt nat 100g [6]		Kefir 200g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], pasta z suszonych pomidorów 100g [1/6/8], sałata Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8] Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta z kurczaka 300g [1/8], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2409kcal, Białko 116g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 23,6g, węglowodany 342g w tym cukry 70g, błonnik 40g, sól 9,5g
	Brzoskwinia 150g + jogurt nat 100g [6]		Kefir 200g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], pasta z suszonych pomidorów 100g [1/6/8], sałata Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8] Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z wędzonym filetem z kurczaka 300g [1/8] - wersja nt, wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2396 kcal, Białko 120g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,9g, węglowodany 341g w tym cukry 58g, błonnik 38g, sól 8,1g
	Mus tubka 100g		Kefir 200g [6]	

Cukrzyca	Jogurt 100g [6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2586 kcal, Białko 117, Tłuszcze 84g w tym nasycone 23, węglowodany 353g w tym cukry 62g, błonnik 51g, sól 9,6g
	Pieczyczo razowe 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], humus paprykowy 100g[1/8], sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g] Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczyczo razowe 100g [1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta z kurczaka 300g [1/8], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	
	Brzoskwinia 150g		Kefir 200g [6]	
Dgr. Pnb. s. Związkowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2396 kcal, Białko 120g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,9g, węglowodany 341g w tym cukry 58g, błonnik 38g, sól 8,1g
	Pieczyczo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], pasta z suszonych pomidorów 100g [1/6/8], sałata Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z wędzonym filetem z kurczaka 300g [1/8] - wersja nt, wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix Herbata z cytryną 250ml	
	Mus tubka 100g		Kefir 200g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2409kcal, Białko 116g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 23,6g, węglowodany 342g w tym cukry 70g, błonnik 40g, sól 9,5g
	Pieczyczo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], pasta z suszonych pomidorów 100g [1/6/8], sałata Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta z kurczaka 300g [1/8], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	
	Mus tubka 100g		Kefir 200g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2409kcal, Białko 116g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 23,6g, węglowodany 342g w tym cukry 70g, błonnik 40g, sól 9,5g
	Pieczyczo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], pasta z suszonych pomidorów 100g [1/6/8], sałata Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta z kurczaka 300g [1/8], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	
	Brzoskwinia 150g		Kefir 200g [6]	
Bezmielczna	Zupa jarska z ryżem brązowym [8]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2545 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 349g w tym cukry 39g, błonnik 47g, sól 9,4g
	Pieczyczo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], humus paprykowy 100g[1/8], sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta z kurczaka 300g [1/8], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	
	Mus tubka 100g		Cocojogurt 150g [7]	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [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
	Pieczyczo pszenne + 100g [1], margaryna rama 10g wędlina drobiowa parzona 30g [1/2/5/7-10], pasta z suszonych pomidorów 100g [1/6/8], pomidor 70g	Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] gotowana marchewka z oliwą z oliwek 140g	pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] połudwica sopočka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Brzoskwinia 150g		Mus tubka 100g	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska z ryżem brązowym [8]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2545 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 349g w tym cukry 39g, błonnik 47g, sól 9,4g
	Pieczyczo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g pasztet domowy drobiowy z fileta z kurczaka i warzyw 100g [1/2/5/8], humus paprykowy 100g[1/8], sałata 10g	Lasania warzywno-drobiowa podana z sosem pomidorowym 300g/80g[1/2/6/8] Sałata z oliwą z oliwek 100g [95g/5g]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta z kurczaka 300g [1/8], wędlina 30g [1/5/7-10], sałata mix 10g,	
	Kawa zbożowa napar bez mleka 250ml [1]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Mus tubka 100g		Cocojogurt 150g [7]	

PAPKA	Przetarta z kaszą manną, indykiem, pestkami dyni 502g[1/2/8]	Przetarta z kalafiozem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Przetarta z pomidorami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i siemieniem lnianym 517g [1/3/8]	Energia: 2409kcal, Białko 116g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 23,6g, węglowodany 342g w tym cukry 70g, błonnik 40g, sól 9,5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt owocowy 150g[6]		Kefir 200g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z koperkiem i pietruszką 350ml [8]	---	Energia: 2409kcal, Białko 116g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 23,6g, węglowodany 342g w tym cukry 70g, błonnik 40g, sól 9,5g
	Pieczyczo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g wędlina drobiowa parzona 50g [1/2/5/7-10], dżem brzoskwinioy 25g, pomidor b/s 70g Herbata rumiankowa 250ml	Pulpeciki z fileta z indyka w sosie pomidorowym 120g/80g [1/2/6/8], młode ziemniaczki 200g gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopočka 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 70g - 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix Herbata z cytryną 250ml	
	Mus tubka 100g		Kaszka manna na mleku 250g [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 tulin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	04.sie.25 - poniedziałek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronwm 300 ml [6] pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10],serek truskawkowy 100g-1szt[6],pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z cukinii z jogurtem i nasionami lnu 150g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] śledź w jogurcie 100g[1/3] ,ser żółty 40g [6], pomidor 70g , sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2405 kcal, Białko 120g, Tłuszcze 87g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 32g, węglowodany 292g w tym cukry 77g, błonnik 31g, sól 9,4g
	Jabłko 1 szt 150-200g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z makaronwm 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10],serek truskawkowy 100g-1szt[6],pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z cukinii z jogurtem i nasionami lnu 150g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem morelowy niskosłodzony 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2175 kcal, białko: 103g, tłuszcze 68,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 28g, sól 7,4g
	Jabłko 1 szt 150-200g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronwm 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10],serek truskawkowy 100g-1szt[6],pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z cukinii z jogurtem i nasionami lnu 150g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem morelowy niskosłodzony 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2175 kcal, białko: 103g, tłuszcze 68,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 28g, sól 7,4g
	Jabłko 1 szt 150-200g + jogurt 100g[6]		Jogurt naturalny 150g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronwm 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10],serek truskawkowy 100g-1szt[6],pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z cukinii z jogurtem i nasionami lnu 150g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem morelowy niskosłodzony 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2175 kcal, białko: 103g, tłuszcze 68,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 28g, sól 7,4g
	Jabłko 1 szt 150-200g + skyr 140g [6]		Jogurt naturalny 150g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronwm 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10],serek truskawkowy 100g - 1 szt . [6],pomidor b/s 50g, sałata 10g ,	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Cukinia na parze z oliwą z oliwek 150g	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem morelowy niskosłodzony 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g	Energia: 2081 kcal, białko: 96g, tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 23g, węglowodany 294g w tym cukry 77g, błonnik 27g, sól 7.6g

	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	...
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		Jogurt naturalny 150g [6]	

Cukrzyca	pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10],serek naturalny fromage 80g [6],pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z cukinii z jogurtem i nasionami lnu 150g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] śledź w jogurcie 100g[1/3] ,ser żółty 40g [6], pomidor 70g , sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2437 kcal, białko: 123g, tłuszcze 98g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 36g, węglowodany 276g w tym cukry 58g, błonnik 36g, sól 10,5g
	Jabłko 1 szt. 100-150g	Bez Cukru	Bez Cukru	Jogurt naturalny 150g [6]
Dgr. Pob. s. Żółdkowy	Zupa mleczna z makaronwm 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10],serek truskawkowy 100g - 1 szt . [6],pomidor b/s 50g, sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Cukinia na parze z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem morelowy niskosłodzony 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2081 kcal, białko: 96g, tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 23g, węglowodany 294g w tym cukry 77g, błonnik 27g, sól 7,6g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g			Jogurt naturalny 150g [6]
Mielona	Zupa mleczna z makaronwm 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona mielona 40g [1/5/7-10],serek truskawkowy 100g - 1 szt . [6],pomidor b/s 50g, sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Cukinia na parze z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 70g [1/5/7-10], dżem morelowy niskosłodzony 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2175 kcal, białko: 103g, tłuszcze 68,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 28g, sól 7,4g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g			Jogurt naturalny 150g [6]
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronwm 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10],serek truskawkowy 100g-1szt[6],pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Surówka z cukinii z jogurtem i nasionami lnu 150g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] śledź w jogurcie 100g[1/3] ,ser żółty 40g [6], pomidor 70g , sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2175 kcal, białko: 103g, tłuszcze 68,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 28g, sól 7,4g
	Jabłko 1 szt. 100-150g			Jogurt naturalny 150g [6]
Bezmielczna	Zupa jarska z brązowym ryżem 350ml[8] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10],Humus pomidorowy 100g[5] ,pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Cukinia na parze z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10]dżem morelowy niskosłodzony 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2331 kcal, białko: 97g, tłuszcze 89g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 305g w tym cukry 48g, błonnik 42g, sól 7,3g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g			Cocojogurt 150g [7]

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2175 kcal, białko: 103g, tłuszcze 68,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 28g, sól 7,4g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10], serek truskawkowy 100g-1szt[6], pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kakao 200ml [6]	Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Cukinia na parze z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem morelowy niskosłodzony 25g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Jabłko 1 szt 150-200g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Bezmleczna cukrzyca	Zupa jarska z brązowym ryżem 350ml[8]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2331 kcal, białko: 97g, tłuszcze 89g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 305g w tym cukry 48g, błonnik 42g, sól 7,3g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 40g [1/5/7-10], Humus pomidorowy 100g[5], pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kakao z napoju owsianego 200ml	Gulasz wieprzowy 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 140g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		Cocojogurt 150g [7]	

PAPKA	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Przetarta z dynią i kurczakiem [1/2/8] 493g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 502g [1/2/8]	Energia: 2175 kcal, białko: 103g, tłuszcze 68,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 28g, sól 7,4g
	Kakao 200ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Serek truskawkowy 100g [6]		Mus tubka 100g	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z makaronami 300 ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2175 kcal, białko: 103g, tłuszcze 68,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 28g, sól 7,4g
	Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g, pomidor b/s 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Gulasz z piersi z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], kasza jęczmienna 200g [1] Cukinia na parze z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		Jogurt naturalny 150g [6]	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty