

Dieta	24.sie.25 - niedziela		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], 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: 2071 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 262g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g
	Jabłko 1 szt. 150g		Kefir 200ml [6]	
Lekkostrawna	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], 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: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jabłko 1 szt. 150g		Kefir 200ml [6]	
Wys. Białkowa	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], 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: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jabłko 1 szt. 150g		Kefir 200ml [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], 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: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jabłko 1 szt. 150g + skyr 140g[6]		Kefir 200ml [6]	
Nisko Tłuszczowa	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], 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: 2074 kcal, Białko 101 Tłuszcze 73g w tym nasycone 24, węglowodany 270g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jabłko z pieca 1 szt. 150g		Kefir 200ml [6]	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] --- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml Bez Cukru	--- 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 Bez Cukru	Energia: 2062kcal, Białko 95 Tłuszcze 76g w tym nasycone 23,5, węglowodany 260g w tym cukry 45g, błonnik 33g, sól 6,2g
	Jabłko 1 szt. 150g		Kefir 200ml [6]	
Dgr. Pob. s. Związkowy	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2074 kcal, Białko 101 Tłuszcze 73g w tym nasycone 24, węglowodany 270g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jabłko z pieca 1 szt. 150g		Kefir 200ml [6]	
Mielona	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina miksowana 70g 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Roladka drobiowa z warzywami (siekana) - pieczona 120g [1/5/7-10], sos własny do mięs [1/8] 80g, 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	Energia: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jabłko z pieca 1 szt. 150g		Kefir 200ml [6]	
Bogato Energetyczna	--- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], 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: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jabłko 1 szt. 150g		Kefir 200ml [6]	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], Tuńczyk 70g [3], Pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2195 kcal, Białko 103, Tłuszcze 78g w tym nasycone 25, węglowodany 286g w tym cukry 47g, błonnik 31g, sól 6,9g
	Jabłko z pieca 1 szt. 150g		mus owocowy w tubce 100g	

Dzieci	Jogurt 100g [6] --- Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], 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: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jabłko 1 szt. 150g		Kefir 200ml [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 100g, sałata mix Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], 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: 2195 kcal, Białko 103, Tłuszcze 78g w tym nasycone 25, węglowodany 286g w tym cukry 47g, błonnik 31g, sól 6,9g
	Jabłko z pieca 1 szt. 150g		sok warzywny 300ml	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jogurt 100g [6]		Kefir 200ml [6]	
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], sos własny do mięs 80g [1/8], 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: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jabłko z pieca 1 szt. 150g		Kefir 200ml [6]	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	23.sie.25 - sobota			
	NOWE MIASTO LUBAWSKIE			
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2380, Białko 104, Tłuszcze 93g w tym nasycone 30, węglowodany 289g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g
	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]	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	
	Banan 150g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2382, Białko 106, Tłuszcze 93g w tym nasycone 31, węglowodany 295g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	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]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Banan 150g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2382, Białko 106, Tłuszcze 93g w tym nasycone 31, węglowodany 295g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	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]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Banan 150g + serek waniliowy 100g [6]		Jogurt naturalny 150g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2382, Białko 106, Tłuszcze 93g w tym nasycone 31, węglowodany 295g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	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]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Banan 150g + jogurt naturalny 100g [6]		Jogurt naturalny 150g [6]	
Niska Tłuszczowa	---	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	sok warzywny 300ml[8]	Energia: 2061, Białko 104, Tłuszcze 65g w tym nasycone 21, węglowodany 279g w tym cukry 80g, błonnik 31g, sól 6,7g
	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 filec 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	
	Banan 150g		Jogurt naturalny 150g [6]	

Cukrzyca	Jogurt 100/150g [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2186, Białko 94, Tłuszcze 88g w tym nasycone 28, węglowodany 260g w tym cukry 60g, błonnik 32g, 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] Bez Cukru	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml Bez Cukru	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 Bez Cukru	
	jabłko 1 szt.		Jogurt naturalny 150g [6]	
Dgr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2061, Białko 104, Tłuszcze 65g w tym nasycone 21, węglowodany 279g w tym cukry 80g, błonnik 31g, sól 6,7g
	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	
	Banan 150g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2382, Białko 106, Tłuszcze 93g w tym nasycone 31, węglowodany 295g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	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	
	Banan 150g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2382, Białko 106, Tłuszcze 93g w tym nasycone 31, węglowodany 295g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	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	
	Banan 150g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Bezmleczna	Kisiel 300ml	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2230, Białko 88, Tłuszcze 92g w tym nasycone 33, węglowodany 277g w tym cukry 67g, błonnik 28g, sól 4,9g
	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	
	Banan 150g		Jogurt wegański 100g [5]	

Dzieci	Jogurt 100/150g [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2382, Białko 106, Tłuszcze 93g w tym nasycone 31, węglowodany 295g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo 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	Pieczywo 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	
	Banan 150g		Jogurt naturalny 150g [6]	
Bezmleczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2230, Białko 88, Tłuszcze 92g w tym nasycone 33, węglowodany 277g w tym cukry 67g, błonnik 28g, sól 4,9g
	Pieczywo 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	Pieczywo 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	
	Banan 150g		Jogurt wegański 100g [5]	

PAPKA	Przetarta z kalafiorem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Przetarta z kaszą manną, rybą, pestkami dyni 502g[1/2/3/8]+Kasza manna na mleku z musem owocowym 180g[1/2]	Przetarta z dynią i kurczakiem 493[1/2/8]	Energia: 2382, Białko 106, Tłuszcze 93g w tym nasycone 31, węglowodany 295g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]		Jogurt naturalny 150g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	#ADR!	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2382, Białko 106, Tłuszcze 93g w tym nasycone 31, węglowodany 295g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] Wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt, pomidor b/s 70g + sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Grilowany filet z kurczaka 100g + sos śmietanowo-koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 150g[1/8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlna 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 70g[2/9], pomidor B/S 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Banan 150g		Jogurt naturalny 150g [6]	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	22.sie.25 - piątek			
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2575, Białko 107, Tłuszcze 81g w tym nasycone 28, węglowodany 360g w tym cukry 84g, błonnik 30g, sól 5,7g
	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]	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80[1], ziemniaczki 200g Surówka z młodej kapusty pekińskiej 130g [1] Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 100g [1/2/5/8],dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Jogurt do picia 200ml [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2583, Białko 108, Tłuszcze 81g w tym nasycone 28,1 węglowodany 368g w tym cukry 85g, błonnik 26g, sól 5,9g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix Kakao 200ml [6]	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80g [1], 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 100g [1/2/5/8],dżem niskosłodzony 25g, , Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Jogurt do picia 200ml [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2583, Białko 108, Tłuszcze 81g w tym nasycone 28,1 węglowodany 368g w tym cukry 85g, błonnik 26g, sól 5,9g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix Kakao 200ml [6]	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, 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 100g [1/2/5/8],dżem niskosłodzony 25g,, Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Jogurt do picia 200ml [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2583, Białko 108, Tłuszcze 81g w tym nasycone 28,1 węglowodany 368g w tym cukry 85g, błonnik 26g, sól 5,9g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix Kakao 200ml [6]	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, 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 100g [1/2/5/8],dżem niskosłodzony 25g,, Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Jogurt do picia 200ml [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	
Niska Tłuszczowa	---	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	sok warzywny 300ml[8]	Energia: 2498, Białko 101, Tłuszcze 77g w tym nasycone 26,9, węglowodany 359g w tym cukry 68g, błonnik 30g, sól 5,8g
	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	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, 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 100g [1/2/5/8],dżem niskosłodzony 25g,, Pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Jogurt do picia 200ml [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100/150g [6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2415, Białko 101, Tłuszcze 89g w tym nasycone 30,8, węglowodany 308g, w tym cukry 55g, błonnik 35g, sól 6,2g
	Pieczywo graham 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 100g[6], papryka 70g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix Kakao 260ml [6] Bez Cukru	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, ziemniaczki 200g Surówka z młodej kapusty pekińskiej 130g [1] Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 100g [1/2/5/8], serek deliser 1szt [1/6] , Pomidor 70g, roszonek 10g Herbata 250ml Bez Cukru	
	Jogurt naturalny 150g [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2498, Białko 101, Tłuszcze 77g w tym nasycone 26,9, węglowodany 359g w tym cukry 68g, błonnik 30g, sól 5,8g
	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	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, 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 100g [1/2/5/8], dżem niskosłodzony 25g,, Pomidor 70g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	Jogurt do picia 200ml [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2583, Białko 108, Tłuszcze 81g w tym nasycone 28,1 węglowodany 368g w tym cukry 85g, błonnik 26g, sól 5,9g
	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]	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, 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 100g [1/2/5/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor b/s70g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	Jogurt do picia 200ml [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2583, Białko 108, Tłuszcze 81g w tym nasycone 28,1 węglowodany 368g w tym cukry 85g, błonnik 26g, sól 5,9g
	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]	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, 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 100g [1/2/5/8], dżem niskosłodzony 25g, , Pomidor 70g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	Jogurt do picia 200ml [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2490, Białko 97, Tłuszcze 89g w tym nasycone 29,5, węglowodany 339g w tym cukry 46g, błonnik 34g, sól 7,3g
	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	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, 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 100g [1/2/5/8], tuńczyk z warzywami 100g [3/8], Pomidor 70g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	jogurt wegański 125g[7]		Budyń z napoju sojowego 330 g*[5]	

Dzieci	Jogurt 100/150g [6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2583, Białko 108, Tłuszcze 81g w tym nasycone 28,1 węglowodany 368g w tym cukry 85g, błonnik 26g, sól 5,9g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], miód 25g, pomidor 70g, nektarynka 1 szt, sałata mix	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 100g [1/2/5/8],dżem niskosłodzony 25g,, Pomidor b/d70g, roszonek 10g	
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt do picia 200ml [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2490, Białko 97, Tłuszcze 89g w tym nasycone 29,5, węglowodany 339g w tym cukry 46g, błonnik 34g, sól 7,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10]], pomidor 70g, mus tubka 100g, sałata mix	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет drobiowy 100g [1/2/5/8], tuńczyk z warzywami 100g [3/8], Pomidor 70g, roszonek 10g	
	Herbata czerwona 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jogurt wegański 125g[7]		Budyń z napoju sojowego 330 g*[5]	

PAPKA	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g+MUS JABŁKOWY z cukrem 220g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem [1/2/8] 502g	Energia: 2583, Białko 108, Tłuszcze 81g w tym nasycone 28,1 węglowodany 368g w tym cukry 85g, błonnik 26g, sól 5,9g
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]		sok warzywny 300ml[1/8]	
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	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2583, Białko 108, Tłuszcze 81g w tym nasycone 28,1 węglowodany 368g w tym cukry 85g, błonnik 26g, sól 5,9g
	Herbata 250ml	Pulpet z dorsza 120g[1/3/8] sos szpinakowy 80, 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	
	Jogurt do picia 200ml [6]		sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	21.sie.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], pasta z pomidora 100g [1/8], morela 120g. , 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] 200g, makaron razowy [1/2/] 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: 2397 kcal, Białko 117, Tłuszcze 71g w tym nasycone 24,3, węglowodany 332g w tym cukry 75g, błonnik 49g, sól 7,5g
	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], pasta z pomidora 100g [1/8], morela 120g. , 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] 200g, makaron pszenny [1/2] 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: 2326 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 24,2, węglowodany 322g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8,5g
	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],pasta z pomidora 100g [1/8], morela 120g. , 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] 200g, makaron pszenny [1/2] 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: 2326 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 24,2, węglowodany 322g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8,5g
	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],pasta z pomidora 100g [1/8], morela 120g. ,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] 200g, makaron pszenny [1/2] 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: 2326 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 24,2, węglowodany 322g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8,5g
	Jogurt 150g [6]		Serek waniliowy 150g [6]	
Niska Tłuszczowa	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/8], 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] 200g, makaron pszenny [1/2] 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: 2312, Białko 116, Tłuszcze 66g w tym nasycone 26,8, węglowodany 323g w tym cukry 71g, błonnik 41g, sól 7,4g
	Jogurt 150g [6]		Owsianka Dawtona tubka 100g	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g [1], rama 10g [6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/8], morela 120g, sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, makaron pełnoziarnisty [1/2] 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Bez Cukru Kompot 250ml	--- Pieczyno żytnie razowe 100g [1], masło 10g [6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2269, Białko 107, Tłuszcze 66g w tym nasycone 22, węglowodany 320g w tym cukry 78g, błonnik 47g, sól 7,3g
	Jogurt naturalny 150g [6]		Owsianka Dawtona tubka 100g	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g [1], rama 10g [6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/8], 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] 200g, makaron pszenny [1/2] 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g [1], masło 10g [6] Leczo warzywne z mięsem z kurczaka 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2312, Białko 116, Tłuszcze 66g w tym nasycone 26,8, węglowodany 323g w tym cukry 71g, błonnik 41g, sól 7,4g
	Jogurt 150g [6]		Owsianka Dawtona tubka 100g	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g [1], rama 10g [6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/8], 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] 200g, makaron pszenny [1/2] 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g [1], masło 10g [6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2326 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 24,2, węglowodany 322g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8,5g
	Jogurt 150g [6]		Owsianka Dawtona tubka 100g	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g [1], rama 10g [6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/8], morela 120g, 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] 200g, makaron pszenny [1/2] 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g [1], masło 10g [6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2326 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 24,2, węglowodany 322g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8,5g
	Jogurt 150g [6]		Owsianka Dawtona tubka 100g	
Bezmleczna	Kisiel 300ml Pieczyno pszenne 100g [1], rama 10g [6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/8], 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] 200g, makaron pszenny [1/2] 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g [1], masło 10g [6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2150, Białko 94, Tłuszcze 65g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 67g, błonnik 38g, sól 8,5g
	jogurt vege 125g		Owsianka Dawtona tubka 100g	

Dzieci	---	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2326 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 24,2, węglowodany 322g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8,5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/8], morela 120g., sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, makaron pszenny [1/2] 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	
	Jogurt 150g [6]		Owsianka Dawtona tubka 100g	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2150, Białko 94, Tłuszcze 65g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 67g, błonnik 38g, sól 8,5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/8], mus tubka 100g, sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, makaron pszenny [1/2] 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	
	jogurt vege 125g		Owsianka Dawtona tubka 100g	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem i siemieniem [1/2/8] 488g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] 502g	Energia: 2326 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 24,2, węglowodany 322g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8,5g
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jogurt 100g [6]		Mus jabłkowy 220g	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] ---	Zupa z botwinki z ziemniakami 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2326 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 24,2, węglowodany 322g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8,5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka gotowana 50g [1/5/7-10], kisiel z cukrem 200g, pomidor b/s 70g, sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, makaron pszenny [1/2] 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	
	Jogurt 150g [6]		Owsianka Dawtona 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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	20.sie.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: 2369kcal, Białko 97 Tłuszcze 79 g w tym nasycone 25, węglowodany 327g w tym cukry 88g, błonnik 39g, sól 4,9g
	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	
	Banan 1 szt.		Sok pomidorowy 300 ml	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 109, Tłuszcze 82g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	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	
	Banan 1 szt.		Sok pomidorowy 300 ml	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 109, Tłuszcze 82g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	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	
	Banan 1 szt. + kefir 200ml [6]		skyr owocowy 125g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 109, Tłuszcze 82g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	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	
	Banan 1 szt. + kefir 200ml [6]		Sok pomidorowy 300 ml	
Nisko Tłuszczowa	---	Zupa grysikowa 350g [1/8]	sok warzywny 300ml[8]	Energia: 2408 kcal, Białko 119, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 324g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
	pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g 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	
	Banan 1 szt.		skyr owocowy 125g [6]	

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 Bez Cukru	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 Bez Cukru	--- Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2358 kcal, Białko 104, Tłuszcze 86g w tym nasycone 25, węglowodany 307g w tym cukry 58g, błonnik 41g, sól 5,2g
	Jabłko 1 szt.		Sok pomidorowy 300 ml	
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],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	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidor b/s 70g + rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2408 kcal, Białko 119, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 324g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
	Banan 1 szt.		skyr owocowy 125g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [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	--- 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],dżem	Energia: 2438 kcal, Białko 109, Tłuszcze 82g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	Banan 1 szt.		skyr owocowy 125g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem 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: 2438 kcal, Białko 109, Tłuszcze 82g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	Banan 1 szt.		Sok pomidorowy 300 ml	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem 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: 2422kcal, Białko 104, Tłuszcze 85g w tym nasycone 25, węglowodany 325g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g
	Banan 1 szt.		Sok pomidorowy 300 ml	

Dzieci	---	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 109, Tłuszcze 82g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	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	
	Banan 1 szt.		Mus owocowy tubka 100g	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2422kcal, Białko 104, Tłuszcze 85g w tym nasycone 25, węglowodany 325g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g
	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	
	Banan 1 szt.		Sok pomidorowy 300 ml	

PAPKA	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokułami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 2438 kcal, Białko 109, Tłuszcze 82g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]		Sok pomidorowy 300 ml	
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]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 109, Tłuszcze 82g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
		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], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Mus jabłkowo-banan 150g		Sok pomidorowy 300 ml	

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	19.sie.25 - wtorek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	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: 2450kcal, Białko 133g, Tłuszcze 84g w tym nasycone 31,7, węglowodany 300g w tym cukry 54g, błonnik 42g, sól 6,8g
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], papryka 70g, 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 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], 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: 2317 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,4g, węglowodany 284g w tym cukry 51g, błonnik 35g, sól 6,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajlowe 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 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], 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: 2317 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,4g, węglowodany 284g w tym cukry 51g, błonnik 35g, sól 6,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajlowe 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 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], 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: 2317 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,4g, węglowodany 284g w tym cukry 51g, błonnik 35g, sól 6,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajlowe 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 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt 100g [6] + brzoskwinia 1szt.		budyń waniliowy 200ml[1/6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2313kcal, Białko 110g, Tłuszcze 83g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 287g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6g
	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 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 Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], 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: 2252 kcal, Białko 111, Tłuszcze 88g w tym nasycone 30,4 węglowodany 259g w tym cukry 46g, błonnik 41,9g, sól 5,5g
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], papryka 70g, sałata roszonek 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	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 Bez Cukru	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], rzodkiewka 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	
	brzoskwinia 1szt.		mus warzywno owocowy tubka 100g	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2313kcal, Białko 110g, Tłuszcze 83g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 287g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6g
	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 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 Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	jabłko pieczone 1szt.		mus warzywno owocowy tubka 100g	
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2317 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,4g, węglowodany 284g w tym cukry 51g, błonnik 35g, sól 6,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska mielona 70g [1/5/7-10], fromage 80g [6], pomidor B/S 70g, roszonek 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 - siekana 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	jabłko pieczone 1szt.		mus warzywno owocowy tubka 100g	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2317 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,4g, węglowodany 284g w tym cukry 51g, błonnik 35g, sól 6,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajlowe 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 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	brzoskwinia 1szt.		mus warzywno owocowy tubka 100g	
Bezmleczna	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2099 kcal, Białko 97g, Tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 284g w tym cukry 62g, błonnik 38g, sól 6,1g
	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 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 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 100g [1/3/8], Pomidor 70g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	
	jabłko pieczone 1szt.		mus warzywno owocowy tubka 100g	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2317 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,4g, węglowodany 284g w tym cukry 51g, błonnik 35g, sól 6,1g
	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] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], 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: 2099 kcal, Białko 97g, Tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 284g w tym cukry 62g, błonnik 38g, sól 6,1g
	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] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 100g [1/3/8], Pomidor 70g, sałata 10g	
	jabłko pieczone 1szt.		mus warzywno owocowy tubka 100g	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym sonecznikiem[2/8] 502g	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g	Energia: 2317 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,4g, węglowodany 284g w tym cukry 51g, błonnik 35g, sól 6,1g
	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: 2317 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,4g, węglowodany 284g w tym cukry 51g, błonnik 35g, sól 6,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina drobiowa chuda 50g [1/5/7-10], serek skyr 140g[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] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 100g [1/3/8], sok marchewkowy 300ml[8] 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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	18.sie.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: 2360 kcal, Białko 127g, Tłuszcze 72,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24,1g, węglowodany 313g w tym cukry 64,2g, błonnik 40,4g, sól 7,6g
	Galaretka z owocami 180g		sok warzywny 300ml[8]	
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: 2280kcal, białko: 123g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 306g w tym cukry 63,8g, błonnik 31,6g, sól 7,6g
	Galaretka z owocami 180g		sok warzywny 300ml[8]	
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: 2280kcal, białko: 123g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 306g w tym cukry 63,8g, błonnik 31,6g, sól 7,6g
	Jogurt owocowy 150g [6]		Budyń 180g [1/6]	
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: 2280kcal, białko: 123g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 306g w tym cukry 63,8g, błonnik 31,6g, sól 7,6g
	Jogurt owocowy 150g [6]		Budyń 180g [1/6]	
Niska 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: 2221 kcal, białko: 117g, tłuszcze 67,3g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,2g, węglowodany 303g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 7,5g
	Galaretka z owocami 180g		sok warzywny 300ml[8]	

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 Bez Cukru	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] Bez Cukru	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2336kcal, białko: 121g, tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,7g, węglowodany 308g w tym cukry 58g, błonnik 43g, sól 7,7g
	Galaretka z owocami B/C 180g		sok warzywny 300ml[8]	
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: 2221 kcal, białko: 117g, tłuszcze 67,3g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,2g, węglowodany 303g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 7,5g
	Galaretka z owocami 180g		sok warzywny 300ml[8]	
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: 2280kcal, białko: 123g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 306g w tym cukry 63,8g, błonnik 31,6g, sól 7,6g
	Galaretka z owocami 180g		sok warzywny 300ml[8]	
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: 2280kcal, białko: 123g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 306g w tym cukry 63,8g, błonnik 31,6g, sól 7,6g
	Galaretka z owocami 180g		sok warzywny 300ml[8]	
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: 2192 kcal, białko: 100g, tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 298g w tym cukry 48g, błonnik 35g, sól 8,1g
	Galaretka z owocami 180g		sok warzywny 300ml[8]	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Brokułowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2280kcal, białko: 123g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 306g w tym cukry 63,8g, błonnik 31,6g, sól 7,6g
	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	
	Galaretka z owocami 180g		sok warzywny 300ml[8]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Brokułowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2192 kcal, białko: 100g, tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 298g w tym cukry 48g, błonnik 35g, sól 8,1g
	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	
	Galaretka z owocami B/C 180g		sok warzywny 300ml[8]	

PAPKA	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokułami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 2280kcal, białko: 123g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 306g w tym cukry 63,8g, błonnik 31,6g, sól 7,6g
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]		sok warzywny 300ml[8]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] Jogurt 100g [6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2280kcal, białko: 123g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 306g w tym cukry 63,8g, błonnik 31,6g, sól 7,6g
	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	
	Galaretka z owocami 180g		sok warzywny 300ml[8]	

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty