

Dieta	05.paź.25 - niedziela		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6]</p> <p>pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 100g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p><b>Jabłko 1 szt. 150g</b></p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6]</p> <p>wędlina [1/5/7-10] 50g serek lactima 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p><b>Kefir 200ml [6]</b></p>	<p>Energia: 2071 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 262g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p>
	Lekkostrawna	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 100g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p><b>Jabłko 1 szt. 150g</b></p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]</p> <p>wędlina [1/5/7-10] 50g , serek lactima 1szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p><b>Kefir 200ml [6]</b></p>
Wys. Białkowa		<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 100g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p><b>Jabłko 1 szt. 150g</b></p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]</p> <p>wędlina [1/5/7-10] 50g , serek lactima 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p><b>Kefir 200ml [6]</b></p>
	Wys. Białkowa (Ginekologia)	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 100g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p><b>Jabłko 1 szt. 150g + skyr 140g[6]</b></p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]</p> <p>wędlina [1/5/7-10] 50g, serek lactima 1 szt[6], Pomidor 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p><b>Kefir 200ml [6]</b></p>
Nisko Tłuszczowa		<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 100g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p><b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b></p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>sok warzywny 300ml[8]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]</p> <p>połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt [6], Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p><b>Kefir 200ml [6]</b></p>

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 <b>Bez Cukru</b>	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 <b>Bez Cukru</b>	---  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 <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2062kcal, Białko 95 Tłuszcze 76g w tym nasycone 23,5, węglowodany 260g w tym cukry 45g, błonnik 33g, sól 6,2g
	<b>Jabłko 1 szt. 150g</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	
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
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	
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
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	
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
	<b>Jabłko 1 szt. 150g</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	
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
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6] --- Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 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
	<b>Jabłko 1 szt. 150g</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	
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 sopočka 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
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b>		<b>sok warzywny 300ml</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]  Herbata 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek  Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8]  Herbata 250ml	Energia: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] Wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopočka 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
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	

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

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

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

Dieta	04.paź.25 - sobota		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor 70g, sałata roszonek 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Surówka z cukinii z marchewką i nasionami lnu 150g [6]  Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2372, Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 30, węglowodany 284g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor 70g, sałata roszonek 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Surówka z cukinii z marchewką i nasionami lnu 150g [6]  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor 70g, sałata roszonek 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Surówka z cukinii z marchewką i nasionami lnu 150g [6]  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	<b>Banan 150g + serek waniliowy 100g [6]</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor 70g, sałata roszonek 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]  Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Surówka z cukinii z marchewką i nasionami lnu 150g [6]  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	<b>Banan 150g + jogurt naturalny 100g [6]</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	
Niska Tłuszczowa	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor b/s 70g, sałata roszonek 10g Herbata 250ml	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]  Grilowany filec z kurczaka 100g + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	sok warzywny 300ml[8]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 70g[2/9], pomidor B/S 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 1974, Białko 102, Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 265g w tym cukry 80g, błonnik 27g, sól 6,7g
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	

Cukrzyca	Jogurt 100/150g [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2181, Białko 94, Tłuszcze 85g w tym nasycone 28, węglowodany 256g w tym cukry 60g, błonnik 31g, sól 5g
	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor 70g, sałata roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Surówka z cukinii z marchewką i nasionami lnu 150g [6]	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., ogórek kiszony 70g, mix sałat	
	<b>jabłko 1 szt.</b>			<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>
Dgr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 1974, Białko 102, Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 265g w tym cukry 80g, błonnik 27g, sól 6,7g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor b/s 70g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	Grilowany filec z kurczaka 100g + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g	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	
	<b>Banan 150g</b>			<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska mielona 70g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor b/s 70g, sałata roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g	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	
	<b>Banan 150g</b>			<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor 70g, sałata roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Surówka z cukinii z marchewką i nasionami lnu 150g [6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt [2]., ogórek kiszony 70g, mix sałat	
	<b>Banan 150g</b>			<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>
Bezmleczna	Kisiel 300ml	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2199, Białko 86, Tłuszcze 92g w tym nasycone 33, węglowodany 270g w tym cukry 67g, błonnik 26g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], pasztecik drobiowy 70g [1/2/6/8], pomidor 70g, sałata roszponka 10g	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana 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	
	<b>Banan 150g</b>			<b>Jogurt wegański 100g [5]</b>

Dzieci	Jogurt 100/150g [6]	Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidor 70g, sałata roszponka 10g	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana 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	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	
Bezmleczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2199, Białko 86, Tłuszcze 92g w tym nasycone 33, węglowodany 270g w tym cukry 67g, błonnik 26g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], pasztecik drobiowy 70g [1/2/6/8], pomidor 70g, sałata roszponka 10g	Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana 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	
	<b>Jabłko 150g</b>		<b>Jogurt wegański 100g [5]</b>	

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: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	#ADR!	Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] Wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt, pomidor b/s 70g + sałata 10g	Grilowany filet z kurczaka 100g + sos śmietanowo- koperkowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 70g[2/9], pomidor B/S 70g, mix sałat	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	

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

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

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

Dieta	03.paź.25 - piątek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	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: 2698, Białko 124, Tłuszcze 88g w tym nasycone 28, węglowodany 358g w tym cukry 100g, błonnik 37g, sól 5,6g	
	Pieczywo razowe+ kajzerka 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 100g [6], wędlina 30g [1/2/5/8-10] , papryka czerwona 70g, sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Kotlet smażony z dorsza 120g[1/2/3/8] , ziemniaczki 200g Surówka z młodej kapusty pekińskiej 130g [1]  Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 70g, rozspanka 10g Herbata 250ml		
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Kefir 200ml[6] + jabłko 150g</b>		
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2562, Białko 122, Tłuszcze 85g w tym nasycone 29 węglowodany 337g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/8-10], pomidor 70g, sałata mix Kakao 200ml [6]	Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] 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] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, , Pomidor 70g, rozspanka 10g Herbata 250ml		
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Kefir 200ml[6] + jabłko 150g</b>		
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2562, Białko 122, Tłuszcze 85g w tym nasycone 29 węglowodany 337g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/8-10], pomidor 70g, sałata mix Kakao 200ml [6]	Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] 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] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 70g, rozspanka 10g Herbata 250ml		
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Kefir 200ml[6] + jabłko 150g</b>		
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2562, Białko 122, Tłuszcze 85g w tym nasycone 29 węglowodany 337g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/8-10], pomidor 70g, sałata mix Kakao 200ml [6]	Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] 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] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 70g, rozspanka 10g Herbata 250ml		
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Kefir 200ml[6] + jabłko 150g</b>		
Nisko Tłuszczowa	---	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	sok warzywny 300ml[8]	Energia: 2476, Białko 116, Tłuszcze 82g w tym nasycone 27, węglowodany 329g w tym cukry 93g, błonnik 34g, sól 6,2g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/8-10], pomidor b/s 70g ,sałata mix 10g Herbata czerwona 250ml	Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor b/s 70g, rozspanka 10g Herbata 250ml		
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Kefir 200ml[6] + jabłko pieczone 150g</b>		

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100/150g [6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2432, Białko 119, Tłuszcze 89g w tym nasycone 32, węglowodany 286g, w tym cukry 69g, błonnik 32g, sól 6,7g
	Pieczywo graham 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/8-10], papryka 70g, sałata mix Kakao 260ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Surówka z młodej kapusty pekińskiej 130g [1] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], serek deliser 1szt [1/6], Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>		<b>Kefir 200ml[6] + jabłko 150g</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2476, Białko 116, Tłuszcze 82g w tym nasycone 27, węglowodany 329g w tym cukry 93g, błonnik 34g, sól 6,2g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/8-10], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata czerwona 250ml	Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Kefir 200ml[6] + jabłko pieczone 150g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2562, Białko 122, Tłuszcze 85g w tym nasycone 29 węglowodany 337g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], wędlina 60g [1/2/5/8-10] - rozdrobniona, pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor b/s70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Kefir 200ml[6] + jabłko 150g</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2562, Białko 122, Tłuszcze 85g w tym nasycone 29 węglowodany 337g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/8-10], pomidor 70g, sałata mix Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] 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] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Kefir 200ml[6] + jabłko 150g</b>	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2378, Białko 97, Tłuszcze 88g w tym nasycon 18,75, węglowodany 359g w tym cukry 88g, błonnik 41g, sól 6,5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 70g, mus tubka 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] 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] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Budyń z napoju sojowego 330 g[5] + jabłko pieczone150g</b>	

Dzieci	Jogurt 100/150g [6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2562, Białko 122, Tłuszcze 85g w tym nasycone 29 węglowodany 337g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/8-10], pomidor 70g, sałata mix	Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor b/s 70g, roszonek 10g		
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Kefir 200ml[6] + jabłko 150g</b>		
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2378, Białko 97, Tłuszcze 88g w tym nasycon 18,75, węglowodany 359g w tym cukry 88g, błonnik 41g, sól 6,5g	
	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[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 120g [1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i tuńczyka 100g [3/8], sok warzywny 300 ml, Pomidor 70g, roszonek 10g		
	Herbata czerwona 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml		
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Budyń z napoju sojowego 330 g[5] + jabłko pieczone150g</b>		

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: 2562, Białko 122, Tłuszcze 85g w tym nasycone 29 węglowodany 337g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>Budyń z napoju sojowego 330 g[5] + mus tubka 100g</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], wędlina 30g [1/2/5/8-10], pomidor b/s 70g ,sałata mix 10g Herbata 250ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2562, Białko 122, Tłuszcze 85g w tym nasycone 29 węglowodany 337g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
		Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 120g [1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, serek deliser 1 szt [6], jabłko z pieca 1 szt, sałata roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>Smoothie dawtona 250ml - tubka</b>		<b>Budyń z napoju sojowego 330 g[5] + mus tubka 100g</b>	

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

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

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

Dieta	02.paź.25 - czwartek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI	
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], mandarynka 1 szt. , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 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: 2323 kcal, Białko 110, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g	
	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], mandarynka 1szt. , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 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: 2323 kcal, Białko 110, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g	
	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], mandarynka 1 szt. , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 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: 2323 kcal, Białko 110, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g	
	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], mandarynka 1 szt., sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 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: 2323 kcal, Białko 110, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g	
	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 buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 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: 2309, Białko 113, Tłuszcze 65g w tym nasycone 26,8, węglowodany 325g w tym cukry 71g, błonnik 40g, sól 7,9g	
	Jogurt 150g [6]		Owsianka Dawtona tubka 100g		

Cukrzyca	Pieczycywo razowe 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/8], mandarynka 1 szt. ,sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	---  Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło 10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2195, Białko 100, Tłuszcze 63g w tym nasycone 22, węglowodany 309g w tym cukry 78g, błonnik 40g, sól 7,8g
	<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	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], mus tubka 100g , sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Leczo warzywne z mięsem z kurczaka 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2309, Białko 113, Tłuszcze 65g w tym nasycone 26,8, węglowodany 325g w tym cukry 71g, błonnik 40g, sól 7,9g
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Mielona	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], mus tubka 100g , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2323 kcal, Białko 110, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Bogato Energetyczna	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], mandarynka 1 szt. , sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2323 kcal, Białko 110, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Bezmleczna	Kisiel 300ml  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 buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Energia: 2146, Białko 91, Tłuszcze 64g w tym nasycone 26,8, węglowodany 308g w tym cukry 67g, błonnik 37g, sól 9g
	<b>jogurt vege 125g</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	

Dzieci	---	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2323 kcal, Białko 110, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/8], mandarynka 1 szt. , sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2146, Białko 91, Tłuszcze 64g w tym nasycone 26,8, węglowodany 308g w tym cukry 67g, błonnik 37g, sól 9g
	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, ryż paraboliczny 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 150g [1] Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	
	<b>jogurt vege 125g</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	

PAPKA	Przetarta 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: 2323 kcal, Białko 110, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt 100g [6]</b>		<b>Mus jabłkowy 220g</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] ---	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2323 kcal, Białko 110, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
	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, ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, serek deliser 1 szt [6], jabłko z pieca 1 szt, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Owsianka Dawtona tubka 100g</b>	

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

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

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

Dieta	01.paź.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: 2377kcal, Białko 97 Tłuszcze 79 g w tym nasycone 25, węglowodany 397g w tym cukry 88g, błonnik 40g, sól 4,9g
	Pieczyczo 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	Pieczyczo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], rzodkiewka 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Śliwki 150g</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
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 pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 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 pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt. + kefir 200ml [6]</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 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 pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt. + kefir 200ml [6]</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Nisko Tłuszczowa	---	Zupa grysikowa 350g [1/8]	sok warzywny 300ml[8]	Energia: 2387 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 pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidor b/s 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 70g, papryka 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypyany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], rzodkiewka 70g + rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2362kcal, Białko 104, Tłuszcze 86g w tym nasycone 25, węglowodany 308g w tym cukty 58g, błonnik 41g, sól 5,2g
	<b>Bez Cukru</b>	<b>Bez Cukru</b>	<b>Bez Cukru</b>	
	<b>Śliwki 150g</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 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: 2387 kcal, Białko 119, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 324g w tym cukty 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 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 cukty 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypyany 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 cukty 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypyany 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 cukty 75g, błonnik 39g, sól 5,2g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	

Dzieci	---	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4]	---	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	Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Mus owocowy tubka 100g</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4]	---	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	Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidorki koktajlpwe 50g, rukola 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	

PAPKA	Przetarta 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	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 120g Kompot 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
	<b>Mus jabłkowo-banan 150g</b>		pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml	
			<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	

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

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

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

Dieta	30.wrz.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: 2529kcal, Białko 134g, Tłuszcze 86g w tym nasycone 31,6, węglowodany 313g w tym cukry 56g, błonnik 43g, sól 6,7g
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , ogórek zielony 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 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	
	<b>Kiwi 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 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	
	<b>Kiwi 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 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	
	<b>Jogurt 100g [6] + Kiwi1szt.</b>		<b>budyń waniliowy 200ml[1/6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 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	
	<b>Jogurt 100g [6] + Kiwi 1szt.</b>		<b>budyń waniliowy 200ml[1/6]</b>	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2330kcal, Białko 110g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 286g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 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	
	<b>jabłko pieczone 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2239 kcal, Białko 109, Tłuszcze 90g w tym nasycone 30,4 węglowodany 254g w tym cukry 46g, błonnik 40g, sól 5,7g
	Pieczyczo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , ogórek zielony 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora z oliwą z oliwek z koperkiem i ziarnami słonecznika 120g Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Pieczyczo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopočka 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], rzodkiewka 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>Kiwi 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2330kcal, Białko 110g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 286g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
	Pieczyczo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 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 sopočka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>jabłko pieczone 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczyczo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor b/s 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 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 sopočka - siekana 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>jabłko pieczone 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczyczo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], pomidorki kotajlowe 50g, sałata rozszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 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 sopočka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>brzoskwinia 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Bezmielczna	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2086 kcal, Białko 95g, Tłuszcze 69g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 280g w tym cukry 62g, błonnik 37g, sól 6,3g
	Pieczyczo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 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 sopočka 50g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 100g [1/3/8], Pomidor 70g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>jabłko pieczone 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] szpinak duszony 150g[6/8/7]	pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 70g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Kiwi 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Bezmleczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2086 kcal, Białko 95g, Tłuszcze 69g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 280g w tym cukry 62g, błonnik 37g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 2 szt. , pomidor 70g, sałata 10g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora z oliwą z oliwek z koperkiem 120g	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 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>jabłko pieczone 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słonecznikiem[2/8] 502g	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina drobiowa chuda 50g [1/5/7-10], jogurt 100g[6], pomidor b/s 50g, sałata rozszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek z koperkiem 120g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 100g [1/3/8], sok marchewkowy 300ml[8] Herbata z cytryną 250ml	
	<b>jabłko pieczone 1szt.</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	

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

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

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

Dieta	29.wrz.25 - poniedziałek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2375 kcal, Białko 129g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24,1g, węglowodany 318g w tym cukry 64,2g, błonnik 43g, sól 6,5g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], papryka 70g, rukola 10g Kakao 200ml	sos boloński 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g  Herbata 250ml	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2290kcal, białko: 125g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 309g w tym cukry 63,8g, błonnik 33g, sól 6,5g
	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	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g  Herbata 250ml	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2290kcal, białko: 125g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 309g w tym cukry 63,8g, błonnik 33g, sól 6,5g
	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	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g  Herbata 250ml	
	<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>		<b>Budyń 180g [1/6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2290kcal, białko: 125g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 309g w tym cukry 63,8g, błonnik 33g, sól 6,5g
	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	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g  Herbata 250ml	
	<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>		<b>Budyń 180g [1/6]</b>	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2224 kcal, białko: 116g, tłuszcze 68g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,2g, węglowodany 303g w tym cukry 61g, błonnik 34g, sól 6,6g
	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	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 150g[1/8]  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	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2351kcal, białko: 124g, tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,7g, węglowodany 313g w tym cukry 58g, błonnik 47g, sól 6,6g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], papryka 70g, rukola 10g Kakao 200ml <b>Bez Cukru</b>	sos boloński 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>Galaretka z owocami B/C 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Dgr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2224 kcal, białko: 116g, tłuszcze 68g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,2g, węglowodany 303g w tym cukry 61g, błonnik 34g, sól 6,6g
	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	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 150g[1/8] 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	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2290kcal, białko: 125g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 309g w tym cukry 63,8g, błonnik 33g, sól 6,5g
	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	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 150g[1/8] 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	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2290kcal, białko: 125g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 309g w tym cukry 63,8g, błonnik 33g, sól 6,5g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], papryka 70g, rukola 10g Kakao 200ml	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku 130g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2195 kcal, białko: 102g, tłuszcze 35g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 300g w tym cukry 48g, błonnik 37g, sól 7g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], jogurt wegański 120g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola10g Herbata 250ml	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g 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	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2290kcal, białko: 125g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 309g w tym cukry 63,8g, błonnik 33g, sól 6,5g
	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	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata Herbata 250ml	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 2195 kcal, białko: 102g, tłuszcze 35g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25g, węglowodany 300g w tym cukry 48g, błonnik 37g, sól 7g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], jogurt wegański 120g, pomidorki koktajlowe 50g, rukola10g Herbata 250ml	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 150g 70g/80g [1/3/8], jabłko z pieca 1 szt., sałata Herbata 250ml	
	<b>Galaretka z owocami B/C 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	

PAPKA	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokołem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 2290kcal, białko: 125g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 309g w tym cukry 63,8g, błonnik 33g, sól 6,5g
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] Jogurt 100g [6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2290kcal, białko: 125g, tłuszcze 70,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 309g w tym cukry 63,8g, błonnik 33g, sól 6,5g
	sos boloński 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 70g , rukola 10g Herbata 250ml	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 150g[1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	<b>Galaretka z owocami 180g</b>		<b>Budyń 180g [1/6]</b>	

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

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

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