

Dieta	09.lis.25 - niedziela		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo żytnie razowe 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Kotlet schabowy wieprzowy 130g [1/2/6], ziemniaczki 200g Surówka z białej kapusty 150g  Kompot 250ml	---  Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2531kcal, Białko 122,7g, Tłuszcze 87g w tym nasycone 22,1g, węglowodany 279g w tym cukry 77g, błonnik 30g, sól 6,2g
	Jogurt owocowy 150g [6]		Smoothie Dawtona 250g - tubka	
Lekkostrawna	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2500 kcal, Białko 128g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 286g w tym cukry 79g, błonnik 31g, sól 6,4g
	Jogurt owocowy 150g [6]		Smoothie Dawtona 250g - tubka	
Wys. Białkowa	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2500 kcal, Białko 128g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 286g w tym cukry 79g, błonnik 31g, sól 6,4g
	Jogurt owocowy 150g [6]		Smoothie Dawtona 250g - tubka	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2500 kcal, Białko 128g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 286g w tym cukry 79g, błonnik 31g, sól 6,4g
	Jogurt owocowy 150g [6]		Smoothie Dawtona 250g - tubka	
Niska Tłuszczowa	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa bez majonezu i groszku 100g [6] , sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 150g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2344kcal, Białko 128g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 282g w tym cukry 69g, błonnik 31g, sól 6,7g
	Jogurt owocowy 150g [6]		Smoothie Dawtona 250g - tubka	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Surówka z białej kapusty 150g	---	Energia: 2531kcal, Białko 122,7g, Tłuszcze 87g w tym nasycone 22,1g, węglowodany 279g w tym cukry 77g, błonnik 30g, sól 6,2g
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Dgr. Pnb. s. Złagodkowy	Jogurt 100g [6] ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 150g	---	Energia: 2144kcal, Białko 117g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 282g w tym cukry 69g, błonnik 31g, sól 6,7g
	Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa bez majonezu i groszku 100g [6] , sałata mix 10g Herbata 250ml	Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>		<b>Smoothie Dawtona 250g - tubka</b>	
Mielona	Jogurt 100g [6] ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 150g	---	Energia: 2344kcal, Białko 128g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 282g w tym cukry 69g, błonnik 31g, sól 6,7g
	Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g Herbata 250ml	Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>		<b>Smoothie Dawtona 250g - tubka</b>	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1] ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7]	---	Energia: 2168kcal, Białko 112,7g, Tłuszcze 72,4g w tym nasycone 22,1g, węglowodany 273g w tym cukry 51,8g, błonnik 30g, sól 6,2g
	Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], brokuł z oliwą z oliwek 100g Herbata 250ml	Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt vege 125g</b>		<b>Smoothie Dawtona 250g - tubka</b>	
Bezmleczna	Kisiel b/c 300 ml ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i ziarnami słonecznika 150g	---	Energia: 2156 kcal, Białko 102g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,8g, węglowodany 255g w tym cukry 60g, błonnik 42g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g Herbata 250ml	Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt vege 125g</b>		<b>Smoothie Dawtona 250g - tubka</b>	

Dzieci	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1] --- Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Kalafior z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g  Herbata 250ml	Energia: 2500 kcal, Białko 128g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 286g w tym cukry 79g, błonnik 31g, sól 6,4g
	<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>		<b>Smoothie Dawtona 250g - tubka</b>	
Bezmleczna cukrzyca	Kisiel b/c 300 ml --- Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i ziarnami słonecznika 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], papryka70g, sałata mix 10 g  Herbata 250ml	Energia: 2156 kcal, Białko 102g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,8g, węglowodany 255g w tym cukry 60g, błonnik 42g, sól 6,3g
	<b>Jogurt vege 125g</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8]  Herbata 250ml	Przetarta z kalafiozem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]  Kompot 250ml	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 502g [1/2/8]  Herbata 250ml	Energia: 2242 kcal, Białko 116g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,7g, węglowodany 221g w tym cukry 53g, błonnik 30g, sól 4,9g
	<b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>Kisiel 250 ml</b>	<b>Smoothie Dawtona 250g - tubka</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g, pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Schab z pieca w sosie własnym 110g/80g [1-2], ziemniaczki 200g Cukinia z płatkami migdałów i oliwą z oliwek 120g [7]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 100g [6],szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2144kcal, Białko 117g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 282g w tym cukry 69g, błonnik 31g, sól 6,7g
	<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>		<b>Kisiel z cukrem 250ml</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	08.lis.25 - sobota		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6]  Pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], ser żółty 40g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Zupa grochowa 360 ml [8]  Naleśniki z twarogiem 2szt 300g [1/2/6], jogurt owocowy 100g [6] Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem owocowy 25g, rzodkiewka 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2370, Białko 129, Tłuszcze 82g w tym nasycone 27, węglowodany 259g w tym cukry 90g, błonnik 38g, sól 6,2g
	<b>Sliwka 150g</b>		<b>serek wiejski 200g [6]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 80g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]  Naleśniki z twarogiem 2szt 300g [1/2/6], jogurt owocowy 100g [6] Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2579, Białko 133, Tłuszcze 83g w tym nasycone 28, węglowodany 310g w tym cukry 88g, błonnik 26g, sól 6,2g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>serek wiejski 200g [6]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 80g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]  Naleśniki z twarogiem 2szt 300g [1/2/6], jogurt owocowy 100g [6] Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2579, Białko 133, Tłuszcze 83g w tym nasycone 28, węglowodany 310g w tym cukry 88g, błonnik 26g, sól 6,2g
	<b>Banan 1 szt.+ skyr 140g[6]</b>		<b>serek wiejski 200g [6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 80g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]  Naleśniki z twarogiem 2szt 300g [1/2/6], jogurt owocowy 100g [6] Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2579, Białko 133, Tłuszcze 83g w tym nasycone 28, węglowodany 310g w tym cukry 88g, błonnik 26g, sól 6,2g
	<b>Banan 1 szt.+ skyr 140g[6]</b>		<b>serek wiejski 200g [6]</b>	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 80g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]  Gulasz z piersi kurczaka 180g [1-3/8] , ziemniaki 200g [1] Marchewka mix gotowana z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2312 Białko 127g, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22, węglowodany 276g w tym cukry 70g, błonnik 33g, sól 8,3g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>serek wiejski 200g [6]</b>	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], ser żółty 40g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]  Naleśniki z twarogiem bez cukru z mąki razowej 2szt 300g [1/2/6], jogurt naturalny 100g [6] Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	---  Pieczyworazowe 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], rzodkiewka 50g, pomidor 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2481 Białko 129g, Tłuszcze 86g w tym nasycone 24,8g, węglowodany 270g w tym cukry 74g, błonnik 39g, sól 6g
	<b>Sliwka 150g</b>		<b>serek wiejski 200g [6]</b>	
Dgr. Pnb. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 80g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]  Gulasz z piersi kurczaka 180g [1-3/8] , ziemniaki 200g [1] Marchewka mix gotowana z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2056 Białko 91g, Tłuszcze 64g w tym nasycone 22, węglowodany 294g w tym cukry 70g, błonnik 33g, sól 8,3g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>serek wiejski 200g [6]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 80g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]  Naleśniki z twarogiem 2szt 300g [1/2], jogurt owocowy 100g [6] Marchewka mix gotowana z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2312 Białko 127g, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22, węglowodany 276g w tym cukry 70g, błonnik 33g, sól 8,3g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>serek wiejski 200g [6]</b>	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 80g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]  Gulasz z piersi kurczaka 180g [1-3/8] , ziemniaki 200g [1] Marchewka mix gotowana z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], pasta z pomidora i warzyw 80g [1/8], oliwki zielone 50g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2387, Białko 97, Tłuszcze 70g w tym nasycone 25,3, węglowodany 348g w tym cukry 67,8g, błonnik 41g, sól 6,5g
	<b>Mus tubka 100g</b>		<b>Jogurt vege 125g</b>	
Bezmielczna	Zupa jarska z ryżem 300 ml  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], paszтет drobiowy domowy 80g, [1/2/8] ogórek 70g , roszonek 10g,  Herbata z cytryną 250ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]  Gulasz z piersi kurczaka 180g [1-3/8] , ziemniaki 200g [1] Marchewka mix gotowana z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, mix sałat 10g  Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2216, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 21,9g, węglowodany 275g w tym cukry 72g, błonnik 34g, sól 8,5g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Jogurt vege 125g</b>	

Dzieci	Jogurt z ziarnami zbóż 150g [1/6]	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]	---	Energia: 2579, Białko 133, Tłuszcze 83g w tym nasycone 28, węglowodany 310g w tym cukry 88g, błonnik 26g, sól 6,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 80g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Gulasz z piersi kurczaka 180g [1-3/8] , ziemniaki 200g [1] Marchewka mix gotowana z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>serek wiejski 200g [6]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska z ryżem 300 ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8]	---	Energia: 2216, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 21,9g, węglowodany 275g w tym cukry 72g, błonnik 34g, sól 8,5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasztet drobiowy domowy 80g, [1/2/8] ogórek 70g , roszonek 10g, Herbata 250ml	Gulasz z piersi kurczaka 180g [1-3/8] , ziemniaki 200g [1] Brokuł z marchewką mix z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 100g [3/8], rzodkiewka 50g, pomidor 70g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Jogurt vege 125g</b>	

PAPKA	Przetarta z kaszą manną, rybą, pestkami dyni 502g[1/2/3/8]	Przetarta ze schabem i dynią 500ml [1/2/8]	Przetarta z pomidorami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i siemieniem lnianym 517g [1/2/8]	Energia: 1913, Białko 102g, Tłuszcze 63g w tym nasycone 11g, węglowodany 247g w tym cukry 74g, błonnik 32g, sól 5,6g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>Mus jabłkowy 250g z cukrem 10g</b>	<b>Serek wiejski 200g [6]</b>	
Chirurgiczna popieracyna	0 0 Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], twaróg 80g [6] ogórek 70g , roszponka 10g, Herbata 250ml	Barszcz zabieleny z ziemniakami 360 ml [6/8] Gulasz z piersi kurczaka 180g [1-3/8] , ziemniaki 200g [1] Marchewka mix gotowana z oliwą z oilwek i sezamem [10] 150g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina chuda drobiowa 50g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 100g [3/8], pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2056 Białko 91g, Tłuszcze 64g w tym nasycone 22, węglowodany 294g w tym cukry 70g, błonnik 33g, sól 8,3g
	<b>Mus tubka 100g</b>		<b>Serek wiejski 200g [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	07.lis.25 - piątek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo razowe + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], serek wiejski 100g [6], papryka czerwona 70g, sałata mix 10g , gruszka 120g Kakao 200ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]  Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7]  Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 70g, sałata lodowa 10g  Herbata 250ml	Energia: 2404 Białko 114, Tłuszcze 87g w tym nasycone 27, węglowodany 276g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,8g
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 300ml</b>		<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], serek wiejski 100g [6], pomidor 70g, sałata mix 10g , jabłko 1 szt. Kakao 200ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]  Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7]  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 70g, sałata lodowa 10g  Herbata 250ml	Energia: 2407, Białko 114, Tłuszcze 85,9g w tym nasycone 27,8, węglowodany 276g w tym cukry 65g, błonnik 28,5g, sól 7g
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 300ml</b>		<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], serek wiejski 100g [6], pomidor 70g, sałata mix 10g , jabłko 1 szt. Kakao 200ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]  Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7]  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 70g, sałata lodowa 10g  Herbata 250ml	Energia: 2407, Białko 114, Tłuszcze 85,9g w tym nasycone 27,8, węglowodany 276g w tym cukry 65g, błonnik 28,5g, sól 7g
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 250ml + skyr 140g[6]</b>		<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], serek wiejski 100g [6], pomidor 70g, sałata mix 10g , jabłko 1 szt. Kakao 200ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]  Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7]  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 70g, sałata lodowa 10g  Herbata 250ml	Energia: 2407, Białko 114, Tłuszcze 85,9g w tym nasycone 27,8, węglowodany 276g w tym cukry 65g, błonnik 28,5g, sól 7g
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 250ml + skyr 140g[6]</b>		<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], serek wiejski 100g, pomidor b/s 70g, sałata mix 10g , jabłko z pieca 1 szt. Herbata czerwona 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]  Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Duszona dynia z oliwą z oliwek 130g  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj z koperkiem 100g [2], pomidor b/s 70g , sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2236, Białko 108 Tłuszcze 67g w tym nasycone 18,4, węglowodany 280g w tym cukry 54g, błonnik 27g, sól 6,1g
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 250ml</b>		<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>	

Cukrzyca	Pieczony razowy + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], serek wiejski 100g [6], papryka czerwona 70g, sałata mix 10g , jabłko 1 szt. Kakao 260ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]  Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7]	---	Energia: 2404 Białko 114, Tłuszcze 87g w tym nasycone 27, węglowodany 276g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,8g
	<b>Bez Cukru</b>	<b>Bez Cukru</b>	<b>Bez Cukru</b>	
	<b>Sok warzywny 300 ml [8]</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	
Dgr. Pnb. s. Złajdkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], serek wiejski 100g [6], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g , jabłko z pieca 1 szt. Herbata czerwona 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]  Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Duszona dynia z oliwą z oliwek 130g  Kompot 250ml	---	Energia: 2083, Białko 91 Tłuszcze 55g w tym nasycone 18,4, węglowodany 315g w tym cukry 54g, błonnik 27g, sól 6,1g
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 250ml</b>		<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], serek wiejski 100g [6], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g , jabłko z pieca 1 szt. Kakao 200ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]  Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7]  Kompot 250ml	---	Energia: 2236, Białko 108 Tłuszcze 67g w tym nasycone 18,4, węglowodany 280g w tym cukry 54g, błonnik 27g, sól 6,1g
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 250ml</b>		<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], serek wiejski 100g [3], dżem 25g , jabłko z pieca 1 szt. Kakao 260ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]  Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7]  Kompot 250ml	---	Energia: 2386 Białko 104, Tłuszcze 77g w tym nasycone 27, węglowodany 327g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,8g
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 250ml</b>		<b>Kaszka kukurydziana na napoju sojowym 250g [5]</b>	
Bezmleczna	Kisiel b/c 300ml  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], Pasta z makreli i białej fasoli 100g [3], pomidor 70g, sałata mix 10g ,jabłko z pieca 1 szt.  Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]  Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7]  Kompot 250ml	---	Energia: 2159, Białko 89,6, Tłuszcze 80g w tym nasycone 17,2, węglowodany 246g w tym cukry 49g, błonnik 27g, sól 6,4g
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 250ml</b>		<b>Kaszka kukurydziana na napoju sojowym 250g [5]</b>	

Dzieci	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2407, Białko 114, Tłuszcze 85,9g w tym nasycone 27,8, węglowodany 276g w tym cukry 65g, błonnik 28,5g, sól 7g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek wiejski 100g [6], pomidor 70g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 260ml [6]	Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 70g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 250ml</b>		<b>Jogurt owocowy 150g [6]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel b/c 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2236, Białko 108 Tłuszcze 67g w tym nasycone 18,4, węglowodany 280g w tym cukry 54g, błonnik 27g, sól 6,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], Pasta z makreli i białej fasoli [3], pomidor 70g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata czerwona 250ml	Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z migdałami i oliwą z oliwek 130g[7] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 70g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	
	<b>Sok warzywny 300 ml [8]</b>		<b>Kaszka kukurydziana na napoju sojowym 250g [5]</b>	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem 572g [1/2/8] Kakao 260ml [6]	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 502 [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta z cukinią i schabem 435 g[1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 2022, Białko 131, Tłuszcze 82g w tym nasycone 12,1, węglowodany 171g w tym cukry 14,2g, błonnik 15,3g, sól 4,7g
	<b>jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>mus tubka 100g</b>	<b>Kaszka kukurydziana na napoju sojowym 250g [5]</b>	
Chirurgiczna poporaczyna	0 0 Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] Filet z wędzonego indyka 50g [1/5], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Pieczony sandacz w sosie pietruszkowym 120g [1/2/3/6], ziemniaczki 200g Duszona dynia z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasta z jaj 100g. [2], pomidor b/s 70g, sałata lodowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2083, Białko 91 Tłuszcze 55g w tym nasycone 18,4, węglowodany 315g w tym cukry 54g, błonnik 27g, sól 6,1g
	<b>galaretka owocowa niskosłodzona 250ml</b>		<b>mus warzywno -owocowy Dawtona 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**

**06.lis.25 - czwartek****NOWE MIASTO LUBAWSKIE**

Dieta				WARTOŚCI
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	
Podstawa	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6]  Pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100 [1/2/8], papryka 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]  Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g  Kompot 250ml	---  Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], ogórek 70g, serek deliser [6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2224 kcal, Białko 116, Tłuszcze 71g w tym nasycone 22, węglowodany 250g w tym cukry 73g, błonnik 32g, sól 6,6g
	<b>serek skyr 140g[6]</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]  Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2222 kcal, Białko 116, Tłuszcze 71g w tym nasycone 22, węglowodany 262g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	<b>serek skyr 140g[6]</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]  Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2222 kcal, Białko 116, Tłuszcze 71g w tym nasycone 22, węglowodany 262g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	<b>serek skyr 140g[6]</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]  Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2222 kcal, Białko 116, Tłuszcze 71g w tym nasycone 22, węglowodany 262g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	<b>serek skyr 140g[6]</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100 [1/2/8], pomidor b/s 70g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]  Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor b/s 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2286, Białko 117, Tłuszcze 71g w tym nasycone 21, węglowodany 276g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	<b>serek skyr 140g[6]</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 100 [1/2/8], papryka 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]  Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g  Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	---  Pieczyno żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], ogórek 70g, serek deliser [6], sałata mix 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2224 kcal, Białko 116, Tłuszcze 71g w tym nasycone 22, węglowodany 250g w tym cukry 73g, błonnik 32g, sól 6,6g
	<b>serek skyr 140g[6]</b>		<b>Kefir 200g [6]</b>	
Dgr. Pnb. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6]  Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 100 [1/2/8], pomidor b/s 70g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]  Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g  Kompot 250ml	---  pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor b/s 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2176, Białko 113, Tłuszcze 64g w tym nasycone 21, węglowodany 298g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	<b>serek skyr 140g[6]</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6]  Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 100 [1/2/8], pomidor b/s 70g, jabłko pieczone 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]  Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g  Kompot 250ml	---  pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa mielona 100g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2222 kcal, Białko 116, Tłuszcze 71g w tym nasycone 22, węglowodany 262g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	<b>serek skyr 140g[6]</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6]  Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 100 [1/2/8]+ jabłko pieczone1 szt , dżem morelowy niskosłodzony 25g Herbata 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]  Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g  Kompot 250ml	---  pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], sok warzywny 300ml, Herbata 250ml	Energia: 2232 kcal, Białko 113, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22, węglowodany 293g w tym cukry 73g, błonnik 32g, sól 6,6g
	<b>jogurt vege 125g</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	
Bezmielczna	Zupa jarska z zacierką 357 g[1/2/8]  Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 100 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt  Kakao na napoju sojwym [5]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]  Pieczona pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g  Kompot 250ml	---  pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, ogórek zielony 70g, sałata mix 10g  Kakao na napoju sojwym [5]	Energia: 2292, Białko 105, Tłuszcze 83g w tym nasycone 23, węglowodany 252g w tym cukry 50g, błonnik 32g, sól 6,2g
	<b>jogurt vege 125g</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	

Dzieci	---	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2222 kcal, Białko 116, Tłuszcze 71g w tym nasycone 22, węglowodany 262g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	Pieczątko pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztecik drobiowy domowy 100 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml	Pieczątko pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], Pomidor 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>serek skyr 140g[6]</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska z zacierką 357 g[1/2/8]	Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2292, Białko 105, Tłuszcze 83g w tym nasycone 23, węglowodany 252g w tym cukry 50g, błonnik 32g, sól 6,2g
	Pieczątko pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztecik drobiowy domowy 100 [1/2/8], pomidor 70g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt Herbata 250ml	Pieczątko pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, [2], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Kakao na napoju sojowym [5]	
	<b>jogurt vege 125g</b>		<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	

PAPKA	Przetarta z kaszą manną i schabem 563 [1/2/8]	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8]	Przetarta z kalafioriem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 1864, Białko 93,7, Tłuszcze 76,2g w tym nasycone 11,6, węglowodany 206g w tym cukry 36,2g, błonnik 20,8g, sól 4,7g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>Galaretka do picia 250ml</b>	<b>Jaglanka Dawtona 100g</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1,6]	Zupa dyniowa z ziemniaczkami 350 ml [1/2/8]	---	Białko 85g Węglowodany 285g Tłuszcze 77,5g Energia 2177,5 kcal sól 4,8 g
	---	Pieczątko pierś z kurczaka 100g [1/2/8] + sos koperkowy 80g , ziemniaki 200g surówka z buraka 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>Serek skyr 140g [6]</b>		<b>Jaglanka Dawtona 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		NOWE MIASTO LUBAWSKIE		
05.lis.25 - środa				
ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )		OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2541 kcal, Białko 107, Tłuszcze 101g w tym nasycone 28,7 węglowodany 274g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 5,6g
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 50g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza gryczana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 100g [6], dżem 25g, papryka 70g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	
Pomarańcza 1 szt.			Sok marchew-jabłko 300 ml [8]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2519 kcal, Białko 105, Tłuszcze 100g w tym nasycone 24,6, węglowodany 283g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 50g [1/5/7-10] , pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza jaglana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 100g [6], dżem 25g, pomidor 70g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	
Pomarańcza 1 szt.			Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2519 kcal, Białko 105, Tłuszcze 100g w tym nasycone 24,6, węglowodany 283g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza jaglana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, pomidor 70g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	
Pomarańcza 1 szt. + jogurt 100g [6]			Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2519 kcal, Białko 105, Tłuszcze 100g w tym nasycone 24,6, węglowodany 283g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlina 50g [1/5/7-10] ,pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza jaglana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, pomidor 70g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	
Pomarańcza 1 szt.+ jogurt 100g [6]			Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]	Zupa pietruszkowo-selerowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2380 kcal, Białko 110, Tłuszcze 82g w tym nasycone 24, węglowodany 282g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] pasta z białek jaj 70g[2], wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza jaglana 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] serek wiejski light 100g [6], dżem 25g, pomidor b/s 70g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	
mus owocowy tubka 100g			Sok marchew-cukinia 300 ml [8]	

Cukrzyca	Pieczyno razowe + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10] , ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]  Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza gryczana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i pestkami słonecznika 120g Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], wędlna 30g [1/5/7-10], papryka 70g, sałata rozspanka 10g Herbata 250ml	Energia: 2541 kcal, Białko 107, Tłuszcz 101g w tym nasycone 28,7 węglowodany 274g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 5,6g
	<b>Pomarańcza 1 szt.</b>		<b>Sok marchew-cukinia 300 ml [8]</b>	
Dgr. Pnb. s. Żyłdkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] pasta z białek jaj 70g[2], wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa pietruszkowo-selerowa 350ml [1/8]  Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza jaglana 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 150g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] serek wiejski light 200g [6], dżem 25g, pomidor b/s 70g, sałata rozspanka 10g Herbata 250ml	Energia: 2338 kcal, Białko 114g, Tłuszcz 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17,9g, węglowodany 318g w tym cukry 40g, błonnik 25, sól 6,5g
	<b>mus owocowy tubka 100g</b>		<b>Sok marchew-cukinia 300 ml [8]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] pasta z jajek 70g [2], wędlna miksowana 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]  Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g[1/2/8] , kasza jaglana 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 120g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 100g [6], dżem 25g, pomidor b/s 70g, sałata rozspanka 10g Herbata 250ml	Energia: 2380 kcal, Białko 110, Tłuszcz 82g w tym nasycone 24, węglowodany 282g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	<b>mus owocowy tubka 100g</b>		<b>Sok marchew-cukinia 300 ml [8]</b>	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10], sok pomidorowy 300ml, Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]  Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza jaglana 200g bukiet warzyw z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], pasta oliwkowa 70g , tuńczyk w oleju 70g [3] Herbata 250ml	Energia: 2379 kcal, Białko 107, Tłuszcz 83g w tym nasycone 27, węglowodany 309g w tym cukry 54g, błonnik 31g, sól 5,4g
	<b>mus owocowy tubka 100g</b>		<b>Sok marchew-cukinia 300 ml [8]</b>	
Bezmielczna	Kisiel b/c 300ml  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]  Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza jaglana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i koperkiem 120g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], tuńczyk 70g [3], papryka 70g, sałata rozspanka 10g Herbata 250ml	Energia: 2271 kcal, Białko 103, Tłuszcz 86g w tym nasycone 22,5, węglowodany 275g w tym cukry 70,9g, błonnik 31g, sól 7,6g
	<b>Mus owocowy tubka 100g</b>		<b>Sok marchew-cukinia 300 ml [8]</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2519 kcal, Białko 105, Tłuszcze 100g w tym nasycone 24,6, węglowodany 283g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza jaglana 200g bukiet warzyw z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, pomidor 70g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<b>Pomarańcza 1 szt.</b>		<b>Sok marchew-cukinia 300 ml [8]</b>	
Bezmleczna cukrzyca	Kisiel b/c 300ml	Zupa pietruszkowo-selerowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2271 kcal, Białko 103, Tłuszcze 86g w tym nasycone 22,5, węglowodany 275g w tym cukry 70,9g, błonnik 31g, sól 7,6g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza jaglana 200g Surówka z pomidora z oliwą z oliwek i koperkiem 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], tuńczyk 70g [3], papryka 70g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	
	<b>Mus owocowy tubka 100g</b>		<b>Sok marchew-cukinia 300ml [8]</b>	

PAPKA	Przetarta z dynią i kurczakiem 553g[1/2/8]	Przetarta z kaszą manną i indykiem 517g [1/2/8]	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem 527g [1/2/8]	Energia: 2082 kcal, Białko 112g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,5g, węglowodany 214g w tym cukry 60,3g, błonnik 21g, sól 4,8g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Mus owocowy tubka 100g</b>	<b>Mus owocowy tubka 100g</b>	<b>Kasza manna na mleku z musem jabłkowym 250g[1/6]</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] 0	Zupa selerowo-pietruszkowa 350 ml [8]	---	Energia: 2338 kcal, Białko 114g, Tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17,9g, węglowodany 318g w tym cukry 40g, błonnik 25, sól 6,5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10],dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor B/S 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Roladka z udka kurczaka nadziewana cukinią i marchewką 130g/80g [1/2/8] , kasza jaglana 200g Surówka z pomidora b/s z oliwą z oliwek i koperkiem 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor B/S 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	<b>Mus owocowy tubka 100g</b>		<b>Kasza manna na mleku z musem jabłkowym 250g[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 tubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

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

Dieta	04.lis.25 - wtorek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]  Pieczywo razowe 100g [1], margaryna rama 10g[6] Szykowa 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]  Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6]  Kompot 250ml	---  Chleb razowy 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, papryka 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2183 kcal, Białko 104, Tłuszcze 64g w tym nasycone 28,7 węglowodany 274g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 5,6g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>			<b>Jogurt 150g [6]</b>
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szykowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]  Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2108 kcal, Białko 96, Tłuszcze 61g w tym nasycone 24,6, węglowodany 283g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>			<b>Jogurt 150g [6]</b>
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szykowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]  Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem 25g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2108 kcal, Białko 96, Tłuszcze 61g w tym nasycone 24,6, węglowodany 283g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	<b>Banan 1 szt 120-150g + skyr 140g[6]</b>			<b>Jogurt 150g [6]</b>
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szykowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]  Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2108 kcal, Białko 96, Tłuszcze 61g w tym nasycone 24,6, węglowodany 283g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	<b>Banan 1 szt 120-150g + skyr 150g[6]</b>			<b>Jogurt 150g [6]</b>
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szykowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]  Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2082 kcal, Białko 94, Tłuszcze 61g w tym nasycone 24, węglowodany 282g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>			<b>Jogurt 150g [6]</b>

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g [1], margaryna rama 10g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]  Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z cukini z jogurtem greckim z nasionami lnu 150g[6]  Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	0  Chleb razowy 100g[1], masło10g[6] Wędlna 50g [1/5/7-10], serek topiony 1 szt [6], papryka 70g, sałata 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2183 kcal, Białko 104, Tłuszcze 64g w tym nasycone 28,7 węglowodany 274g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 5,6g
	<b>Kiwi 1 szt. 150-200g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Dgr. Pnb. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]  Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]  Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	---  pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlna 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2380 kcal, Białko 110, Tłuszcze 82g w tym nasycone 24, węglowodany 282g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]  Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szynkowa - miksowana 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]  Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	---  pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlna miksowana 50g [1/5/7-10], dżem 25g, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2082 kcal, Białko 94, Tłuszcze 61g w tym nasycone 24, węglowodany 282g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	<b>mus jabłko-banan 150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]  Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], tuńczyk 70g [3], Pasta z pomidora 80g[1/6/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]  Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	---  pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlna 50g [1/5/7-10] , dżem 25g, oliwki 50g  Herbata 250ml	Energia: 2234 kcal, Białko 101, Tłuszcze 66,9g w tym nasycone 24,9, węglowodany 315g w tym cukry 86,9g, błonnik 35g, sól 6,8g
	<b>mus jabłko-banan 150g</b>		<b>Jogurt vege 125g</b>	
Bezmielczna	Zupa jarska z płatkami jęczmiennymi 350ml [1/8]  Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], tuńczyk w oleju 70g [3], Pomidor 70g, sałata mix 10g  Herbata 250ml	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]  Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	---  pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlna 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata 10g  Herbata 250ml	Energia: 2173 kcal, Białko 100, Tłuszcze 70g w tym nasycone 22,5, węglowodany 275g w tym cukry 70,9g, błonnik 31g, sól 7,6g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt vege 125g</b>	

Dzieci	---	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2108 kcal, Białko 96, Tłuszcze 61g w tym nasycone 24,6, węglowodany 283g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczyczo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata 10g  Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska z płatkami jęczmiennymi 350ml [1/8]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2082 kcal, Białko 94, Tłuszcze 61g w tym nasycone 24, węglowodany 282g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	Pieczyczo pszenne 100g[1],margaryna rama 10g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], tuńczyk 70g [3], Pomidor 70g, sałata mix 10g  Herbata 250ml	Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], oliwki 50g, pomidor 70g, sałata 10g  Herbata 250ml	
	<b>Banan 120-150g</b>		<b>Jogurt vege 125g</b>	

PAPKA	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 500ml [1/2/8]	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem 500ml [1/2/8]	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem 500ml [1/2/8]	Energia: 2108kcal, Białko 122, Tłuszcze 88g w tym nasycone 15,1, węglowodany 190g w tym cukry 75g, błonnik 26g, sól 5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>Kisiel 250ml</b>	<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	Pieczyczo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Szynkowa 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata 10g , mus tubka 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa zagraj z kluskami 350 ml [1/6/8]	---	Białko;96,6 Tłuszcze;64,9 Węglowodany;254,3 ENERGIA 2198,3 kcal sól 4,66g
		Pulpet z szynki 2 szt w sosie pomidorowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g , pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	<b>Banan 120-150g</b>		<b>Kasza manna na napoju owsianym z musem owocowym</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.lis.25 - poniedziałek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawowa	Zupa mleczna z makaronem 300 ml [6]  pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i pomidorkami koktajlowymi 120g [3], sałata mix 10g Kakao 200ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]  potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10]  Kompot 250ml	---  pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 50g [1/2/8], jajko 1 szt. [2], ogórek zielony 70g, rukola 10g  Herbata 250ml	Energia: 2392kcal, Białko 113g, Tłuszcze 85,4g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 28,5g, węglowodany 24g w tym cukry 57g, błonnik 30g, sól 6,3g
	Jabłko 1 szt. - 150g			Kefir 200ml [6]
Lekkastrawna	Zupa mleczna z makaronem 300 ml [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i pomidorkami koktajlowymi 120g [3] , sałata mix 10g Kakao 200ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]  potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z warzywami z ziarnami sezamu, oliwą z oliwek 100g [10]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 50g [1/2/8], jajko 1 szt. [2], pomidor 70g, rukola 10g  Herbata 250ml	Energia: 2390.2 kcal, białko: 113g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g
	Jabłko 1 szt.-150g			Kefir 200ml [6]
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300 ml [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i pomidorkami koktajlowymi 120g [3] , sałata mix 10g Kakao 200ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]  potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 50g [1/2/8], jajko 1 szt. [2], pomidor 70g, rukola 10g  Herbata 250ml	Energia: 2390.2 kcal, białko: 113g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g
	Jabłko 1 szt. + jogurt naturalny 100g [6]			Kefir 200ml [6]
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300 ml [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i pomidorkami koktajlowymi 120g [3], sałata mix 10g Kakao 200ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]  potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 50g [1/2/8], jajko 1szt.[2], pomidor 70g, rukola 10g  Herbata 250ml	Energia: 2390.2 kcal, białko: 113g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g
	Jabłko 1 szt. + jogurt naturalny 100g [6]			Kefir 200ml [6]
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronem 300 ml [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z cukini 350 ml [6/8]  potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z oliwą z oliwek 100g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina drobiowa parzona 50g [1/2/6/8], pasta z białek jaj z koperkiem 50g [2] , pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2154 kcal, białko: 113g, tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 264g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,2g

Jabłko pieczone 1 szt.-150g		Kefir 200ml [6]	
-----------------------------	--	-----------------	--

Cukrzyca	<p>pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10],sałatka brokułowa z tuńczykiem i pomidorkami koktajlowymi 120g [3] , sałata mix 10g Kakao 200ml</p> <p style="text-align: right;"><b>Bez Cukru</b></p>	<p>Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]</p> <p>potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż brązowy 200g sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10]</p> <p>Kompot 250ml</p> <p style="text-align: right;"><b>Bez Cukru</b></p>	<p>---</p> <p>pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 50g [1/2/8], jajko 1 szt. [2], ogórek zielony 70g, rukola 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> <p style="text-align: right;"><b>Bez Cukru</b></p>	<p>Energia: 2392kcal, Białko 113g, Tłuszcze 85,4g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 28,5g, węglowodany 24g w tym cukry 57g, błonnik 30g, sól 6,3g</p>
	<b>Jabłko 1szt.-150g</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	
Dgr. Pub. s. Zoiątkowy	<p>Zupa mleczna z makaronem 300 ml [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml</p>	<p>Zupa z cukini 350 ml [6/8]</p> <p>potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z oliwą z oliwek 100g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina drobiowa parzona 50g [1/2/6/8], pasta z białek jaj z koperkiem 50g [2] , pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2154 kcal, białko: 113g, tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 264g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,2g</p>
	<b>Jabłko pieczone 1 szt.</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	
Mielona	<p>Zupa mleczna z makaronem 300 ml [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina szynka zawędzana miksowana 100g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 70g, sałata 10g Kakao 200ml</p>	<p>Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]</p> <p>potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z oliwą z oliwek 100g [10]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina drobiowa parzona 50g [1/2/6/8], pasta z białek jaj z koperkiem 50g [2] , pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2390.2 kcal, białko: 113g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g</p>
	<b>Jabłko pieczone 1 szt.-150g</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	
Neutr-openiczna	<p>Zupa mleczna z makaronem 300 ml [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem 120g [3], mus tubka 100g Kakao 200ml</p>	<p>Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]</p> <p>potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z oliwą z oliwek 100g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 50g [1/2/8], jajko 1 szt. [2], pasta z pieczonego pomidora z warzywami 70g [8]</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2215kcal, Białko 117g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27,1g, węglowodany 278g w tym cukry 78g, błonnik 37g, sól 4,3g</p>
	<b>Jabłko pieczone 1szt.</b>		<b>Budyń na napoju sojowym 300ml[1/5]</b>	
Bezmielczna	<p>Kisiel b/c 300 ml</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i pomidorkami koktajlowymi 120g [3], sałata mix 10g Herbata 250ml</p>	<p>Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]</p> <p>potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 50g [1/2/8], jajko 1 szt. [2], ogórek zielony 70g, rukola 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2347kcal, białko: 102g, tłuszcze 81g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,5g, węglowodany 277g w tym cukry 44g, błonnik 36g, sól 7,7g</p>
	<b>Jabłko pieczone 1 szt.-150g</b>		<b>Budyń na napoju sojowym 300ml[1/5]</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10],sałatka brokułowa z tuńczykiem i pomidorkami koktajlowymi 120g [3], sałata mix 10g Kakao 200ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]  potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z oliwą z oliwek 100g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 50g [1/2/8], jajko 1 szt. [2], pomidor 70g, rukola 10g  Herbata 250ml	Energia: 2390.2 kcal, białko: 113g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 302g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g
	<b>Jabłko 1szt- 150g.</b>		<b>Kefir 200ml [6]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel b/c 300 ml  pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i pomidorkami koktajlowymi 120g [3], sałata mix 10g Herbata 250ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]  potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g sałata z warzywami z ziarnami sezamu oliwą z oliwek 100g [10]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 50g [1/2/8], jajko 1 szt. [2], ogórek zielony 70g, rukola 10g  Herbata 250ml	Energia: 2347kcal, białko: 102g, tłuszcze 81g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,5g, węglowodany 277g w tym cukry 44g, błonnik 36g, sól 7,7g
	<b>Jabłko pieczone 1 szt.</b>		<b>Budyń na napoju sojowym 300ml[1/5]</b>	

PAPKA	Przetarta z cukinią i schabem z kaszą kukurydzianą 500ml [1/2/8]  Kakao 200ml	Przetarta z indykiem, ryżem 500ml [1/2/8]  Kompot 250ml	Przetarta z kurczakiem i buraczkami 500ml [1/2/8]  Herbata 250ml	Energia: 2024kcal, białko: 117g, tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,2, węglowodany 220g w tym cukry 23g, błonnik 19g, sól 7,1g
	<b>Jogurt naturalny 100g[6]</b>	<b>Mus owocowy tubka 100g</b>	<b>Budyń na napoju sojowym 300ml[1/5]</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300 ml [6] Jogurt 100g [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 30g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor bez skóry 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa z cukini 350 ml [7/8]  potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym 200g [1/7/8], ryż biały 200g seler z oliwą z oliwek 160g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina drobiowa parzona 50g [1/2/6/8],dżem wiśniowy 25g, pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2144 kcal, białko: 113g, tłuszcze 63g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 294g w tym cukry 77g, błonnik 32g, sól 6,2g
	<b>Jabłko pieczone 1 szt.</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**