

| Dieta | 21.gru.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 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</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>Energia: 2071 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 262g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p> |
| | Pomarańcza 1 szt. | | | Kefir 200ml [6] |
| 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 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</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>Energia: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g</p> |
| | Pomarańcza 1 szt. | | | Kefir 200ml [6] |
| 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 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</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>Energia: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g</p> |
| | Pomarańcza 1 szt. | | | Kefir 200ml [6] |
| 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 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</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>Energia: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g</p> |
| | Pomarańcza 1 szt. | | | Kefir 200ml [6] |
| 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 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</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>jogurt naturalny 150g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]</p> <p>połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 70g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> | <p>Energia: 2074 kcal, Białko 101 Tłuszcze 73g w tym nasycone 24, węglowodany 270g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g</p> |
| | Mus tubka 100g | | | Kefir 200ml [6] |

| | | | | |
|------------------------|---|--|--|--|
| Cukrzyca | Jogurt naturalny 100g [6] --- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml Bez Cukru | Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml Bez Cukru | --- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 50g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml Bez Cukru | Energia: 2062kcal, Białko 95 Tłuszcze 76g w tym nasycone 23,5, węglowodany 260g w tym cukry 45g, błonnik 33g, sól 6,2g |
| | Pomarańcza 1 szt. | | Kefir 200ml [6] | |
| Dgr. Pob. s. Złazdkowy | --- 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 70g, 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 deliser 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 |
| | Mus tubka 100g | | Kefir 200ml [6] | |
| Mielona | --- Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina miksowana 70g 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, 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 |
| | Mus tubka 100g | | Kefir 200ml [6] | |
| Neutropeniczna | --- Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], sok pomidorowy 300ml 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 jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], oliwki zielone 70g, Mix warzyw gotowany 100g [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 |
| | Mus tubka 100g | | Jogurt vege 125g | |
| Bezmleczna | 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], pomidor 70g, 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], oliwki zielone 70g, 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 |
| | Mus tubka 100g | | Jogurt vege 125g | |

| | | | | |
|----------------------|---|--|---|---|
| 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 70g, 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 |
| | Pomarańcza 1 szt. | | Kefir 200ml [6] | |
| Bezmielczna cukrzyca | Zupa jarska 350ml --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 100g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, 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 sopočka 50g [1/5/7-10], oliwki zielone 70g, 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 |
| | Mus tubka 100g | | Jogurt vege 125g | |

| | | | | |
|---------------------------|--|--|---|---|
| PAPKA | Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml | Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek Kompot 250ml | Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml | Energia: 2073 kcal, Białko 100, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 269g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g |
| | Jogurt 100g [6] | | Kefir 200ml [6] | |
| Chirurgiczna pooperacyjna | --- 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] połudwica sopočka 50g [1/5/7-10], serek deliser 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 |
| | Mus tubka 100g | | Kefir 200ml [6] | |

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

| Dieta | 20.gru.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 50g [1/5/7-10], serek waniliowy 100g[6], pomidor 70g, sałata roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8] Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 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: 2312, Białko 122, Tłuszcze 78g w tym nasycone 30, węglowodany 175g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g |
| | Banan 150g | | Jogurt naturalny 150g [6] | |
| Lekkostrawna | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], serek waniliowy 100g[6], pomidor 70g, sałata roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8] Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 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: 2311 Białko 122, Tłuszcze 78g w tym nasycone 31, węglowodany 219g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g |
| | Banan 150g | | Jogurt naturalny 150g [6] | |
| Wys. Białkowa | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], serek waniliowy 100g[6], pomidor 70g, sałata roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8] Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 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: 2311 Białko 122, Tłuszcze 78g w tym nasycone 31, węglowodany 219g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g |
| | Banan 150g + serek waniliowy 100g [6] | | Jogurt naturalny 150g [6] | |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], serek waniliowy 100g[6], pomidor 70g, sałata roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8] Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 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: 2311 Białko 122, Tłuszcze 78g w tym nasycone 31, węglowodany 219g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g |
| | Banan 150g + jogurt naturalny 100g [6] | | Jogurt naturalny 150g [6] | |
| Niska Tłuszczowa | --- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], serek waniliowy 100g[6], pomidor b/s 70g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml | Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8] Pulpet drobiowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml | jogurt naturalny 150g [6] 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: 2163, Białko 122, Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 216g w tym cukry 80g, błonnik 27g, sól 6,7g |
| | Banan 150g | | Jogurt naturalny 150g [6] | |

| | | | | |
|------------------------|---|--|---|--|
| Cukrzyca | Jogurt 100/150g [6] | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2153, Białko 114, Tłuszcze 72g w tym nasycone 28, węglowodany 153g w tym cukry 60g, błonnik 31g, sól 5g |
| | Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], serek homogenizowany naturalny 140g[6], pomidor 70g, sałata rozszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru | Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Surówka z cukinii z marchewką i nasionami lnu 150g [6] Kompot 250ml Bez Cukru | Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., ogórek kiszony 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru | |
| | jabłko 1 szt. | | Jogurt naturalny 150g [6] | |
| Dgr. Pnb. s. Złagdkowy | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] | Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8] | --- | Energia: 2163, Białko 122, Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 216g w tym cukry 80g, błonnik 27g, sól 6,7g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], serek waniliowy 100g[6], pomidor b/s 70g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml | Pulpet drobiowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 70g[2/9], pomidor B/S 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml | |
| | Banan 150g | | Jogurt naturalny 150g [6] | |
| Mielona | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2311 Białko 122, Tłuszcze 78g w tym nasycone 31, węglowodany 219g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska mielona 50g [1/5/7-10], serek waniliowy 100g[6], pomidor b/s 70g, sałata rozszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska mielona 50g [1/5/7-10], pasta z jaj 70g 1 szt[2/2/6/9]., pomidor B/S 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml | |
| | Banan 150g | | Jogurt naturalny 150g [6] | |
| Neutropeniczna | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2311 Białko 122, Tłuszcze 78g w tym nasycone 31, węglowodany 219g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g, Pasta z warzyw 100g[8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt.[2], mus owocowy tubka 100g. Herbata z cytryną 250ml | |
| | Jabłko z pieca 1 szt. | | Jogurt wegański 100g [5] | |
| Bezmielczna | Kisiel 300ml | Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8] | --- | Energia: 2168, Białko 86, Tłuszcze 82g w tym nasycone 33, węglowodany 206g w tym cukry 67g, błonnik 26g, sól 4,9g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g, pomidor 70g, sałata rozszponka 10g Herbata 250ml | Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Cukinia gotowana z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt.[2], Pomidor 70g, sałata Herbata z cytryną 250ml | |
| | Banan 150g | | Jogurt wegański 100g [5] | |

| | | | | |
|----------------------|--|---|---|---|
| Dzieci | Jogurt 100/150g [6] | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2311 Białko 122, Tłuszcze 78g w tym nasycone 31, węglowodany 219g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], serek waniliowy 100g[6], pomidor 70g, sałata roszponka 10g | Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 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 | |
| | Banan 150g | | Jogurt naturalny 150g [6] | |
| Bezmielczna cukrzyca | Kisiel 300ml | Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8] | --- | Energia: 2168, Białko 86, Tłuszcze 82g w tym nasycone 33, węglowodany 206g w tym cukry 67g, błonnik 26g, sól 4,9g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g, pomidor 70g, sałata roszponka 10g | Gołąbek francuski 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 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 | |
| | Jabłko 150g | | Jogurt wegański 100g [5] | |

| | | | | |
|---------------------------|---|---|--|---|
| PAPKA | Przetarta z kalafiorem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] | Przetarta z kaszą manną, rybą, pestkami dyni 502g[1/2/3/8]+Kasza manna na mleku z musem owocowym 180g[1/2] | Przetarta z dynią i kurczakiem 493[1/2/8] | Energia: 2311 Białko 122, Tłuszcze 78g w tym nasycone 31, węglowodany 219g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g |
| | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | Jogurt 100g [6] | | Jogurt naturalny 150g [6] | |
| Chirurgiczna pooperacyjna | #ADR! | Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8] | --- | Energia: 2311 Białko 122, Tłuszcze 78g w tym nasycone 31, węglowodany 219g 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 Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Pulpet drobiowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 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 Herbata z cytryną 250ml | |
| | Banan 150g | | Jogurt naturalny 150g [6] | |

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posilek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

| Dieta | 19.gru.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: 2371, Białko 109, Tłuszcze 83g w tym nasycone 28, węglowodany 273g 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 kapusty pekińskiej 130g [1] Kompot 250ml | Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i jajka 100g [2/8], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | | | |
| | Jabłko 1 szt. | | Kefir 200ml[6] | | | |
| Lekkostrawna | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2509, Białko 114, Tłuszcze 88g w tym nasycone 29 węglowodany 302g 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 jajka 100g [2/8], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | | | |
| | Jabłko 1 szt. | | Kefir 200ml[6] | | | |
| Wys. Białkowa | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2509, Białko 114, Tłuszcze 88g w tym nasycone 29 węglowodany 302g 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 jajka 100g [2/8], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | | | |
| | Jabłko 1 szt. | | Kefir 200ml[6] | | | |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2509, Białko 114, Tłuszcze 88g w tym nasycone 29 węglowodany 302g 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 jajka 100g [2/8], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | | | |
| | Jabłko 1 szt. | | Kefir 200ml[6] | | | |
| Niska Tłuszczowa | --- | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | jogurt naturalny 150g [6] | Energia: 2389, Białko 121, Tłuszcze 72g w tym nasycone 27, węglowodany 300g 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 białek jaj 100g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | | | |
| | Jabłko z pieca 1 szt. | | Kefir 200ml[6] | | | |

| | | | | |
|-----------------------|--|--|---|---|
| Cukrzyca | Jogurt naturalny 100/150g [6] | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2314, Białko 103, Tłuszcze 89g w tym nasycone 32, węglowodany 249g, 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] | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 130g [1] | Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i jajka 100g [2/8], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 70g, roszponka 10g | |
| | Jabłko 1 szt. | | Kefir 200ml[6] | |
| Dgr. Pnb. s. Zjadkowy | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2389, Białko 121, Tłuszcze 72g w tym nasycone 27, węglowodany 300g 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 białek jaj 100g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 70g, roszponka 10g | |
| | Jabłko z pieca 1 szt. | | Kefir 200ml[6] | |
| Mielona | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2509, Białko 114, Tłuszcze 88g w tym nasycone 29 węglowodany 302g 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 białek jaj 100g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 70g, roszponka 10g | |
| | Jabłko z pieca 1 szt. | | Kefir 200ml[6] | |
| Neutropeniczna | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2509, Białko 114, Tłuszcze 88g w tym nasycone 29 węglowodany 302g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g |
| | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6], wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g [1/6/8] + mus tubka 100g, Kakao 260ml [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 jajka 100g [2/8], jogurt vege 125g, oliwki zielone 70g | |
| | Jabłko z pieca 1 szt. | | Budyń z napoju sojowego 330 g[5] | |
| Bezmleczna | Zupa jarska 350ml | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2439, Białko 97, Tłuszcze 87g w tym nasycon 18,75, węglowodany 306g 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 jajka 100g [2/8], jogurt vege 125g, Pomidor 70g, roszponka 10g | |
| | Jabłko z pieca 1 szt. | | Budyń z napoju sojowego 330 g[5] | |

| | | | | |
|----------------------|--|--|---|---|
| Dzieci | Jogurt 100/150g [6] | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2509, Białko 114, Tłuszcze 88g w tym nasycone 29 węglowodany 302g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g |
| | Pieczycywo 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] | Pieczycywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i jajka 100g [2/8], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 70g, roszponka 10g | |
| | Kakao 260ml [6] | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | Jabłko 1 szt. | | Kefir 200ml[6] | |
| Bezmielczna cukrzyca | Zupa jarska 350ml | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] | --- | Energia: 2439, Białko 97, Tłuszcze 87g w tym nasycon 18,75, węglowodany 306g w tym cukry 88g, błonnik 41g, sól 6,5g |
| | Pieczycywo 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] | Pieczycywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z warzyw i jajka 100g [2/8], jogurt vege 125g, Pomidor 70g, roszponka 10g | |
| | Herbata czerwona 250ml | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | Jabłko z pieca 1 szt. | | Budyń z napoju sojowego 330 g[5] | |

| | | | | |
|---------------------------|---|--|--|--|
| PAPKA | Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] | Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g+MUS JABŁKOWY z cukrem 220g | Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem [1/2/8] 502g | Energia: 2509, Białko 114, Tłuszcze 88g w tym nasycone 29 węglowodany 302g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g |
| | Kakao 260ml [6] | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | Jogurt 100g [6] | | Budyń z napoju sojowego 330 g[5] | |
| Chirurgiczna pooperacyjna | Pieczycywo 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: 2509, Białko 114, Tłuszcze 88g w tym nasycone 29 węglowodany 302g 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] Pasta z warzyw i jajka 100g [2/8], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | |
| | Jabłko z pieca 1 szt. | | Budyń z napoju sojowego 330 g[5] | |

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

| Dieta | 18.gru.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 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i suszonymi pomidorami 120g[3], mandarynka 1 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: 2383 kcal, Białko 117, Tłuszcze 73g w tym nasycone 24,3, węglowodany 200g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g | |
| | Jogurt owocowy 150g [6] | | Owsianka Dawtona tubka 100g | | |
| Lekkostrawna | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i suszonymi pomidorami 120g[3], mandarynka 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: 2381 kcal, Białko 117, Tłuszcze 73g w tym nasycone 24,3, węglowodany 288g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g | |
| | Jogurt owocowy 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 30g [1/5/7-10],sałatka brokułowa z tuńczykiem i suszonymi pomidorami 120g[3], mandarynka 1 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: 2381 kcal, Białko 117, Tłuszcze 73g w tym nasycone 24,3, węglowodany 288g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g | |
| | Jogurt owocowy 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 30g [1/5/7-10],sałatka brokułowa z tuńczykiem i suszonymi pomidorami 120g[3], mandarynka 1 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: 2381 kcal, Białko 117, Tłuszcze 73g w tym nasycone 24,3, węglowodany 288g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g | |
| | Jogurt owocowy 150g [6] | | Serek waniliowy 150g [6] | | |
| Niska Tłuszczowa | --- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 30g [1/5/7-10], pasta z białek jaj i tuńczyka 80g [2/3], 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 | jogurt naturalny 150g [6] pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Leczo warzywne z mięsem z kurczaka 300g [1/8] + wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml | Energia: 2252, Białko 124, Tłuszcze 61g w tym nasycone 26,8, węglowodany 280g w tym cukry 71g, błonnik 40g, sól 7,9g | |
| | Jogurt owocowy 150g [6] | | Owsianka Dawtona tubka 100g | | |

| | | | | |
|-----------------------|---|---|--|---|
| Cukrzyca | Pieczyno razowe 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i suszonymi pomidorami 120g[3], mandarynka 1 Kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru | 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 Bez Cukru | --- 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 Bez Cukru | Energia: 2285, Białko 109, Tłuszcze 70g w tym nasycone 22, węglowodany 189g w tym cukry 78g, błonnik 40g, sól 7,8g |
| | Jogurt naturalny 150g [6] | | Owsianka Dawtona tubka 100g | |
| Dgr. Pnb. s. Zjadkowy | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 30g [1/5/7-10], pasta z białek jaj i tuńczyka 80g [2/3], 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: 2252, Białko 124, Tłuszcze 61g w tym nasycone 26,8, węglowodany 280g w tym cukry 71g, błonnik 40g, sól 7,9g |
| | Jogurt owocowy 150g [6] | | Owsianka Dawtona tubka 100g | |
| Mielona | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona mielona 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i suszonymi pomidorami 120g[3], mus tubka 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: 2381 kcal, Białko 117, Tłuszcze 73g w tym nasycone 24,3, węglowodany 288g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g |
| | Jogurt owocowy 150g [6] | | Owsianka Dawtona tubka 100g | |
| Neutropeniczna | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i suszonymi pomidorami 120g[3], mus tubka 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: 2381 kcal, Białko 117, Tłuszcze 73g w tym nasycone 24,3, węglowodany 288g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g |
| | jogurt vege 125g | | Owsianka Dawtona tubka 100g | |
| Bezmleczna | Kisiel 300ml Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i suszonymi pomidorami 120g[3], 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: 2200, Białko 99, Tłuszcze 69g w tym nasycone 26,8, węglowodany 260g w tym cukry 67g, błonnik 37g, sól 9g |
| | jogurt vege 125g | | Owsianka Dawtona tubka 100g | |

| | | | | |
|----------------------|---|--|---|---|
| Dzieci | --- | Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2381 kcal, Białko 117, Tłuszcze 73g w tym nasycone 24,3, węglowodany 288g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i suszonymi pomidorami 120g[3], 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 | |
| | Jogurt owocowy 150g [6] | | Owsianka Dawtona tubka 100g | |
| Bezmielczna cukrzyca | Kisiel 300ml | Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2200, Białko 99, Tłuszcze 69g w tym nasycone 26,8, węglowodany 260g w tym cukry 67g, błonnik 37g, sól 9g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 30g [1/5/7-10], sałatka brokułowa z tuńczykiem i suszonymi pomidorami 120g[3], 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 | |
| | jogurt vege 125g | | Owsianka Dawtona tubka 100g | |

| | | | | |
|---------------------------|---|---|---|---|
| PAPKA | Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8] | Przetarta z cukinią i schabem i siemieniem [1/2/8] 488g | Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] 502g | Energia: 2381 kcal, Białko 117, Tłuszcze 73g w tym nasycone 24,3, węglowodany 288g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g |
| | Kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | jogurt 100g [6] | | Mus tubka 100g | |
| Chirurgiczna pooperacyjna | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] --- | Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2381 kcal, Białko 117, Tłuszcze 73g w tym nasycone 24,3, węglowodany 288g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka gotowana 30g [1/5/7-10], pasta z białek jaj i tuńczyka 80g [2/3], pomidor b/s 70g, sałata lodowa 30g Herbata 250ml | Potrawka z fileta z indyka w sosie koperkowym [1/8] 200g, ziemniaki 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 150g [1] Kompot 250ml | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, serek deliser 1 szt [6], jabłko z pieca 1 szt, sałata mix 10g Herbata 250ml | |
| | Jogurt owocowy 150g [6] | | Owsianka Dawtona tubka 100g | |

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

| Dieta | 17.gru.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: 2387kcal, Białko 97 Tłuszcze 79 g w tym nasycone 25, węglowodany 397g w tym cukry 88g, błonnik 40g, sól 4,9g |
| | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], papryka 70g, rukola 10g | Bigos z młodej kapusty 300g [1/5-8] + ziemniaki 200g 0 | Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, papryka 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | |
| | Banan 1 szt. | | Sok warzywny 300 ml [8] | |
| Lekkostrawna | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | Zupa grysikowa 350g [1/8] | --- | Energia: 2463 kcal, Białko 110, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
| | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 70g, rukola 10g | 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 | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | |
| | Banan 1 szt. | | Sok warzywny 300 ml [8] | |
| Wys. Białkowa | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | Zupa grysikowa 350g [1/8] | --- | Energia: 2463 kcal, Białko 110, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
| | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 70g, rukola 10g | 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 | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | |
| | Banan 1 szt. + kefir 200ml [6] | | Sok warzywny 300 ml [8] | |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | Zupa grysikowa 350g [1/8] | --- | Energia: 2463 kcal, Białko 110, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
| | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 70g, rukola 10g | 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 | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | |
| | Banan 1 szt. + jogurt 100g [6] | | Sok warzywny 300 ml [8] | |
| Niska Tłuszczowa | --- | Zupa grysikowa 350g [1/8] | jogurt naturalny 150g [6] | 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 serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 70g, rukola 10g | Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 120g | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, roszponka 10g Herbata 250ml | |
| | Banan 1 szt. | | Sok warzywny 300 ml [8] | |

| | | | | |
|-----------------------|---|--|--|--|
| Cukrzyca | Jogurt naturalny 100g [6] | Zupa grysikowa 350g [1/8] | --- | Energia: 2270kcal, Białko 92, Tłuszcze 82g w tym nasycone 25, węglowodany 177g w tym cukry 58g, błonnik 41g, sól 5,2g |
| | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], papryka 70g, rukola 10g | 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] | Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 70g, papryka 70g, rozszponka 10g | |
| | Herbata 250ml Bez Cukru | Kompot 250ml Bez Cukru | Herbata 250ml Bez Cukru | |
| | Pomarańcza 1 szt. | | Sok warzywny 300 ml [8] | |
| Dgr. Pnb. s. Zjadkowy | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | Zupa grysikowa 350g [1/8] | --- | 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], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 70g, rukola 10g | Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 120g | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, rozszponka 10g | |
| | Herbata 250ml | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | Banan 1 szt. | | Sok warzywny 300 ml [8] | |
| Mielona | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | Zupa grysikowa 350g [1/8] | --- | Energia: 2463 kcal, Białko 110, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
| | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 70g, rukola 10g | Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 120g | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, rozszponka 10g pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem | |
| | Herbata 250ml | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | Banan 1 szt. | | Sok warzywny 300 ml [8] | |
| Neutropeniczna | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | Zupa grysikowa 350g [1/8] | --- | Energia: 2463 kcal, Białko 110, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g | 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] | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, + oliwki zielone 50g | |
| | Herbata 250ml | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | Mus tubka 100g | | Sok warzywny 300 ml [8] | |
| Bezmleczna | Zupa jarska 350ml | Zupa grysikowa 350g [1/8] | --- | Energia: 2308kcal, Białko 91, Tłuszcze 76g w tym nasycone 25, węglowodany 295g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g |
| | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor 70g, rukola 10g | 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] | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, rozszponka 10g | |
| | Herbata 250ml | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | Banan 1 szt. | | Sok warzywny 300 ml [8] | |

| | | | | |
|--------------------|--|---|--|---|
| 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: 2463 kcal, Białko 110, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
| | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 70g, rukola 10g Herbata 250ml | Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, rozspanka 10g Herbata 250ml | |
| | Banan 1 szt. | | Sok warzywny 300 ml [8] | |
| Bezmięlna 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: 2308kcal, Białko 91, Tłuszcze 76g w tym nasycone 25, węglowodany 295g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g |
| | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor 70g, rukola 10g Herbata 250ml | Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 70g, papryka 70g, rozspanka 10g Herbata 250ml | |
| | Banan 1 szt. | | Sok warzywny 300 ml [8] | |

| | | | | |
|---------------------------|--|---|--|---|
| PAPKA | Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] | Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g | Przetarta z brokułami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] | Energia: 2463 kcal, Białko 110, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
| | Herbata 250ml | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | Jogurt 100g [6] | | Sok warzywny 300 ml [8] | |
| Chirurgiczna pooperacyjna | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 70g, rukola 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: 2463 kcal, Białko 110, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
| | Mus jabłkowo-banan 150g | | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, rozspanka 10g Herbata 250ml | |
| | | | Sok warzywny 300 ml [8] | |

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

| Dieta | 16.gru.25 - wtorek | | NOWE MIASTO LUBAWSKIE | |
|-----------------------------|--|--|---|---|
| | ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLACJA 21) | WARTOŚCI |
| Podstawa | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , ogórek zielony 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Fasolowa na wędzonce 350 ml [1/2/8] 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], papryka 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml | Energia: 2684kcal, Białko 125g, Tłuszcze 92g w tym nasycone 31,6, węglowodany 247g w tym cukry 56g, błonnik 43g, sól 6,7g |
| | Kiwi 1szt. | | Galaretką owocową 250g | |
| Lekkostrawna | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] 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 | Energia: 2595 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 317g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g |
| | Kiwi 1szt. | | Galaretką owocową 250g | |
| Wys. Białkowa | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] 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 | Energia: 2595 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 317g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g |
| | Jogurt 100g [6] + Kiwi1szt. | | budyń waniliowy 200ml[1/6] | |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , pomidor 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] 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 | Energia: 2595 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 317g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g |
| | Jogurt 100g [6] + Kiwi 1szt. | | budyń waniliowy 200ml[1/6] | |
| Niska Tłuszczowa | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] 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 | Energia: 2349kcal, Białko 100g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 321g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g |
| | jabłko pieczone 1szt. | | Galaretką owocową 250g | |

| | | | | |
|-----------------------|---|--|---|---|
| Cukrzyca | Jogurt naturalny 100g [6] | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2557 kcal, Białko 116, Tłuszcze 90g w tym nasycone 30,4 węglowodany 228g w tym cukry 46g, błonnik 40g, sól 5,7g |
| | Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt. , ogórek zielony 70g, sałata 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru | 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 Bez Cukru | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], papryka 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru | |
| | Kiwi 1szt. | | Galaretka b/c 250g | |
| Dgr. Pnb. s. Zjadkowy | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2349kcal, Białko 100g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 321g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g |
| | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina 50g [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 | |
| | jabłko pieczone 1szt. | | Galaretka owocowa 250g | |
| Mielona | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2595 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 317g 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 1 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 sopocka - mielona 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml | |
| | jabłko pieczone 1szt. | | Galaretka owocowa 250g | |
| Neutropeniczna | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2595 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 317g 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 1szt. , pasta z pomidora 80g, oliwki zielone 30g kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] szpinak duszony 150g[6/8/7] Kompot 250ml | 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 | |
| | jabłko pieczone 1szt. | | Galaretka owocowa 250g | |
| Bezmleczna | Kisiel 300ml | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2521 kcal, Białko 106g, Tłuszcze 88g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 302g 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 1 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 sopocka 50g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 100g [1/3/8], Pomidor 70g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml | |
| | jabłko pieczone 1szt. | | Galaretka owocowa 250g | |

| | | | | |
|----------------------|--|--|--|---|
| Dzieci | Jogurt 100g [6] | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2595 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 317g 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 1 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] połędwica 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 | |
| | Kiwi 1szt. | | Galaretka owocowa 250g | |
| Bezmielczna cukrzyca | Kisiel 300ml | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2521 kcal, Białko 106g, Tłuszcze 88g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 302g 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 1szt. , 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] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 100g [1/3/8], papryka 70g, sałata 10g | |
| | Herbata 250ml | Kompot 250ml | Herbata z cytryną 250ml | |
| | jabłko pieczone 1szt. | | Galaretka b/c 250g | |

| | | | | |
|---------------------------|--|--|--|---|
| 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: 2595 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 317g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g |
| | kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Kompot 250ml | Herbata z cytryną 250ml | |
| | Jogurt 100g [6] | | Galaretka owocowa 250g | |
| Chirurgiczna pooperacyjna | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] | --- | Energia: 2595 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 317g 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], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata roszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 150g [8] Kompot 250ml | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 100g [1/3/8], sok marchewkowy 300ml[8] Herbata z cytryną 250ml | |
| | jabłko pieczone 1szt. | | Galaretka owocowa 250g | |

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 | 15.gru.25 - poniedziałek | | NOWE MIASTO LUBAWSKIE | |
|-----------------------------|--|--|---|--|
| | ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLACJA 21) | WARTOŚCI |
| Podstawa | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kakao 200ml | Zupa kalafiorowa 350ml [8] sos boloński 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml | --- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml | Energia: 2173kcal, Białko 101g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 248g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
| | Mus owocowy tubka 100g | | jogurt naturalny 150g [6] | |
| Lekkostrawna | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kakao 200ml | Zupa kalafiorowa 350ml [8] sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml | --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml | Energia: 2101kcal, białko: 97g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 251g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g |
| | Mus owocowy tubka 100g | | jogurt naturalny 150g [6] | |
| Wys. Białkowa | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kakao 200ml | Zupa kalafiorowa 350ml [8] sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml | --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml | Energia: 2101kcal, białko: 97g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 251g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g |
| | Mus owocowy tubka 100g | | jogurt naturalny 150g [6] | |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kakao 200ml | Zupa kalafiorowa 350ml [8] sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml | --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml | Energia: 2101kcal, białko: 97g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 251g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g |
| | Mus owocowy tubka 100g | | jogurt naturalny 150g [6] | |
| Niska Tłuszczowa | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml | Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 100g[1/8] Kompot 250ml | --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml | Energia: 2151 kcal, białko: 101g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 256g w tym cukry 61g, błonnik 31g, sól 4,9g |
| | Mus owocowy tubka 100g | | jogurt naturalny 150g [6] | |

| | | | | |
|------------------------|--|---|---|---|
| Cukrzyca | Jogurt naturalny 100g [6] | Zupa kalafiorowa 350ml [8] | --- | Energia: 2193 kcal, białko: 102g, tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 251g w tym cukry 59g, błonnik 44g, sól 4,9g |
| | pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kakao 200ml Bez Cukru | sos boloński 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml Bez Cukru | pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml Bez Cukru | |
| | Jabłko 1 szt. | | jogurt naturalny 150g [6] | |
| Dgr. Pnb. s. Związkowy | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] | Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] | --- | Energia: 2151 kcal, białko: 101g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 256g w tym cukry 61g, błonnik 31g, sól 4,9g |
| | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml | sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 100g[1/8] Kompot 250ml | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml | |
| | Mus owocowy tubka 100g | | jogurt naturalny 150g [6] | |
| Mielona | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] | Zupa kalafiorowa 350ml [8] | --- | Energia: 2101kcal, białko: 97g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 251g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g |
| | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, sałata 10g Kakao 200ml | sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 100g[1/8] Kompot 250ml | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., b/s pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml | |
| | Mus owocowy tubka 100g | | jogurt naturalny 150g [6] | |
| Neutropeniczna | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] | Zupa kalafiorowa 350ml [8] | --- | Energia: 2101kcal, białko: 97g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 251g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g |
| | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], oliwki zielone 70g Kakao 200ml | sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], mus tubka 100g Herbata 250ml | |
| | Mus owocowy tubka 100g | | Budyn na napoju sojowym 320ml [1/5] | |
| Bezmleczna | Zupa jarska 350ml | Zupa kalafiorowa 350ml [8] | --- | Energia: 2149 kcal, białko: 94g, tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 243g w tym cukry 56g, błonnik 36g, sól 5,3g |
| | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml | sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml | |
| | Mus owocowy tubka 100g | | Budyn na napoju sojowym 320ml [1/5] | |

| | | | | |
|----------------------|--|---|--|---|
| Dzieci | Jogurt 100g [6] | Zupa kalafiorowa 350ml [8] | --- | Energia: 2101kcal, białko: 97g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 251g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g |
| | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kakao 200ml | sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml | |
| | Mus owocowy tubka 100g | | jogurt naturalny 150g [6] | |
| Bezmielczna cukrzyca | Zupa jarska 350ml | Zupa kalafiorowa 350ml [8] | --- | Energia: 2149 kcal, białko: 94g, tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 243g w tym cukry 56g, błonnik 36g, sól 5,3g |
| | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml | sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 70g, sałata mix 10g Herbata 250ml | |
| | Mus owocowy tubka 100g | | Budyn na napoju sojowym 320ml [1/5] | |

| | | | | |
|---------------------------|--|---|---|---|
| PAPKA | Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] | Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g | Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] | Energia: 2101kcal, białko: 97g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 251g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g |
| | Kakao 200ml | Kompot 250ml | Herbata 250ml | |
| | Jogurt naturalny 100g [6] | | jogurt naturalny 150g [6] | |
| Chirurgiczna pooperacyjna | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] Jogurt 100g [6] | Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] | --- | Energia: 2101kcal, białko: 97g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 251g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g |
| | sos boloński 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] wędlina 50g[1/5/7-10], twaróg 80g [6], pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml | sos boloński 180g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 100g[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 | |
| | Mus owocowy tubka 100g | | Budyn na napoju sojowym 320ml [1/5] | |

Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty