

Dieta	18.sty.26 - 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>Twarożek śmietankowy 100g [6], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt.</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], kasza jaglana 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] 40g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2167 kcal, Białko 120, Tłuszcze 81g w tym nasycone 25, węglowodany 214g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p>
Lekkostrawna	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>Twarożek śmietankowy 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt.</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], kasza jaglana 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] 40g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, 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>
Wys. Białkowa	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>Twarożek śmietankowy 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt.</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], kasza jaglana 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] 40g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, 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>
	Jogurt 100g [6]	wafle ryżowe 3 szt.		
Wys. Białkowa (Ginekologia)	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>Twarożek śmietankowy 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt.</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], kasza jaglana 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] 40g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, 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>
	Jogurt 100g [6]	wafle ryżowe 3 szt.		
Niska Tłuszczowa	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>Twarożek śmietankowy 100g [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt.</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], kasza jaglana 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>0</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]</p> <p>wędlina [1/5/7-10] 40g, miód 25g, Pomidor b/s 50g, 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>

Cukrzyca	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2167 kcal, Białko 120, Tłuszcze 81g w tym nasycone 25, węglowodany 214g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] Twarożek śmietankowy 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jaglana 200g Sałata z jogurtem 100g [6]	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 40g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	Jogurt naturalny 100g [6]	wafle ryżowe 3 szt.	kanapka 1 szt.	
Dgr. Pnb. s. Związkowy	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2074 kcal, Białko 101 Tłuszcze 73g w tym nasycone 24, węglowodany 270g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] Twarożek śmietankowy 100g [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jaglana 200g Sałata z jogurtem 100g [6]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 40g, miód 25g, Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Mielona	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	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] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] Twarożek śmietankowy 100g [6], pomidor b/s50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Roladka drobiowa z warzywami (siekana) - pieczona 120g [1/5/7-10], sos własny do mięs [1/8] 80g, kasza jaglana 200g Sałata z jogurtem 100g [6]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 40g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]	Smoothie owocowe tubka 1 szt.		
Neutropeniczna	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	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] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 100g [3/8], jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jaglana 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 40g [1/5/7-10], tuńczyk 70g [3], Mix warzyw gotowany 100g [8] Herbata 250ml	
	sok pomidorowy 300ml	wafle ryżowe 3 szt.		
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2195 kcal, Białko 103, Tłuszcze 78g w tym nasycone 25, węglowodany 286g w tym cukry 47g, błonnik 31g, sól 6,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] tuńczyk z warzywami 100g [3/8], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], kasza jaglana 200g Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 40g [1/5/7-10], tuńczyk 70g [3], Pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	

Dzieci	Jogurt 100g [6] --- Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] Twarożek śmietankowy 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. 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], kasza jaglana 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek 120g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 40g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, 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
	Jogurt 100g [6]	wafle ryżowe 3 szt.		
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z tuńczyka i warzyw 100g [3/8], jabłko z pieca 1 szt., pomidor 50g, sałata 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], kasza jaglana 200g Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 40g [1/5/7-10], tuńczyk 70g [3], Pomidor 50g, 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
	sok pomidorowy 300 ml	wafle ryżowe 3 szt.	kanapka 1 szt.	

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]	Galaretka do picia 250ml	Smoothie owocowe tubka 1 szt.	
Chirurgiczna poopercyjna	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata 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 Seler na parze z oliwą z oliwek 120g [8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 40g, miód 25g, Pomidor b/s 50g, 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

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

Dieta	17.sty.26 - 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], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, mandarynka 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Naleśniki z serem na słodko 2 szt [1/2/6], mus jogurtowo- owocowy 50g [6] Surówka z marchewki z nasionami lnu z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Jajko 2 szt [2], ogórek kiszony 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2372, Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 30, węglowodany 284g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g
	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, mandarynka 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Naleśniki z serem na słodko 2 szt [1/2/6], mus jogurtowo- owocowy 50g [6] Surówka z marchewki z nasionami lnu z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Jajko 2 szt [2], pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, mandarynka 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Naleśniki z serem na słodko 2 szt [1/2/6], mus jogurtowo- owocowy 50g [6] Surówka z marchewki z nasionami lnu z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Jajko 2 szt [2], pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	jogurt 150g[6]	kefir 200 ml [6]		
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, mandarynka 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Naleśniki z serem na słodko 2 szt [1/2/6], mus jogurtowo- owocowy 50g [6] Surówka z marchewki z nasionami lnu z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Jajko 2 szt [2], pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	jogurt 150g [6]	kefir 200 ml [6]		
Niska Tłuszczowa	---	Zupa dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8] Filet z kurczaka z rusztu 100g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	0 Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 50g[2/9], pomidor b/s 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 1974, Białko 102, Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 265g w tym cukry 80g, błonnik 27g, sól 6,7g

Cukrzyca	Pieczyczo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, mandarynka 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Naleśniki z mąki razowej b/c z serem 2 szt [1/2/6], mus jogurtowo-owocowy 50g [6] Surówka z marchewki z nasionami lnu z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczyczo razowe 100g[1], masło10g[6] Jajko 2 szt [2], ogórek kiszony 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	Energia: 2181, Białko 94, Tłuszcze 85g w tym nasycone 28, węglowodany 256g w tym cukry 60g, błonnik 31g, sól 5g
	jogurt naturalny 150g [6]	kefir 200 ml [6]	kanapka 1 szt.	
Dgr. Pnb. s. Związkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata roszponka 10g, mus jabłko-mandarynka 120g Herbata 250ml	Zupa dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8] Filet z kurczaka z rusztu 100g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z białka jaj 50g[2/9], pomidor b/s 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 1974, Białko 102, Tłuszcze 61g w tym nasycone 21, węglowodany 265g w tym cukry 80g, błonnik 27g, sól 6,7g
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska mielona 70g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata roszyponka 10g, mus jabłko-mandarynka 120g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Potrawka z kurczaka w sosie koperkowym 180g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 70g [1/5/7-10], pasta z jajka 70g szt [2/9], pomidor b/s 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	jogurt 150g [6]	kefir 200ml [6]		
Neutropeniczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6] Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], marchewka na parze 100g, mus jabłko-mandarynka 120g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8] Filet z kurczaka z rusztu 100g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] Jajko 2 szt [2], pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Kisiel 200g[1]	Kasza manna na napoju owsianym z musem 200g [1]		
Bezmielczna	Kisiel 300ml Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszyponka 10g, mus jabłko-mandarynka 120g Herbata 250ml	Zupa dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8] Filet z kurczaka z rusztu 100g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] Jajko 2 szt [2], pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2197, Białko 120 Tłuszcze 75g w tym nasycone 27, węglowodany 245g w tym cukry 93g, błonnik 34g, sól 6,2g

Dzieci	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, mandarynka 1 szt.	Filet z kurczaka z rusztu 100g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Jajko 2 szt [2], pomidor 50g, mix sałat 10g	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	jogurt 150g [6]	kefir 200 ml [6]		
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2197, Białko 120 Tłuszcze 75g w tym nasycone 27, węglowodany 245g w tym cukry 93g, błonnik 34g, sól 6,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, mus jabłko-mandarynka 120g	Filet z kurczaka z rusztu 100g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Jajko 2 szt [2], pomidor 50g, mix sałat 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt vege 125g	Kasza manna na napoju owsianym z musem 200g [1]	kanapka 1 szt.	
PAPKA	Przetarta z kalafiem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Przetarta z kaszą manną, rybą, pestkami dyni 502g[1/2/3/8]+Kasza manna na mleku z musem owocowym 180g[1/2]	Przetarta z dynią i kurczakiem 493[1/2/8]	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100g [6]	kefir 200 ml [6]	Kasza manna na napoju owsianym z musem 200g [1]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2377 Białko 106, Tłuszcze 94g w tym nasycone 31, węglowodany 299g w tym cukry 70g, błonnik 30g, sól 5,2g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata roszponka 10g, mus jabłko-mandarynka 120g	Pulpet z kurczaka 120g w sosie koperkowym 80g [1/8], ziemniaki 200g Buraczki duszone z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Jajko 2 szt [2], pomidor b/s 50g, mix sałat 10g	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	

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

Dieta	16.sty.26 - piątek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa z ciecierzycy 350g[1/8]	---	Energia: 2449, Białko 119, Tłuszcze 91g w tym nasycone 28, węglowodany 265g w tym cukry 100g, błonnik 37g, sól 5,6g
	Pieczywo razowe+ kajzerka 100g[1], rama 20g[6], ser żółty 60g [6], papryka czerwona 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 200ml [6]	Filet z ryby panierowany 120g[1/2/3/8] , ziemniaczki 200g Surówka z kapusty kiszzonej 130g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 70g [3/6], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml	---	Energia: 2371, Białko 109, Tłuszcze 72g w tym nasycone 29 węglowodany 257g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/2/5/8-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 200ml [6]	Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Marchewka plastry mix 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 70g [3/6], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml	---	Energia: 2371, Białko 109, Tłuszcze 72g w tym nasycone 29 węglowodany 257g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/2/5/8-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 200ml [6]	Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Marchewka plastry mix 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 70g [3/6], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	jogurt 150g [6]	kefir 200 ml [6]		Energia: 2371, Białko 109, Tłuszcze 72g w tym nasycone 29 węglowodany 257g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml	---	
Nisko Tłuszczowa	jogurt 150g [6]	kefir 200 ml [6]		Energia: 2197, Białko 120 Tłuszcze 75g w tym nasycone 27, węglowodany 245g w tym cukry 93g, błonnik 34g, sól 6,2g
	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml	0	
Nisko Tłuszczowa	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/2/5/8-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata czerwona 250ml	Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Marchewka plastry mix 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 70g [3/6], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	

Cukrzyca	Pieczywo graham 100g[1], rama 20g[6], ser żółty 60g [6], papryka czerwona 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 260ml [6] Bez Cukru	Zupa z ciecierzycy 350g[1/8] Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Surówka z kapusty kiszzonej 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 70g [3/6], serek deliser 1 szt.[6], Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2449, Białko 119, Tłuszcze 91g w tym nasycone 28, węglowodany 265g w tym cukry 100g, błonnik 37g, sól 5,6g
	jogurt naturalny 150g [6]	kefir 200 ml [6]	Kanapka 1 szt.	
Dgr. Pob. s. Złajdkowy	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/2/5/8-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata czerwona 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Marchewka plastry mix 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 70g [3/6], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2197, Białko 120 Tłuszcze 75g w tym nasycone 27, węglowodany 245g w tym cukry 93g, błonnik 34g, sól 6,2g
Mielona	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina mielona 70g [1/2/5/8-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Kakao 200ml [6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml Pulpet rybny 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Marchewka plastry mix 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 70g [3/6], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2371, Białko 109, Tłuszcze 72g w tym nasycone 29 węglowodany 257g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	jogurt 150g [6]	kefir 200 ml [6]		
Neutropeniczna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6], wędlina 50g [1/5/7-10] , pasta z pomidora 100g [1/6/8] Kakao 260ml [6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Marchewka plastry mix 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z jajek i tuńczyka 70g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, fasta z fasoli 70g [8] Herbata 250ml	Energia: 2371, Białko 109, Tłuszcze 72g w tym nasycone 29 węglowodany 257g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Jogurt vege 125g	Owsianka 1 szt. 100g		
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, mus tubka 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Marchewka plastry mix 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z jajek i tuńczyka 0g [3/8], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2177, Białko 89g, Tłuszcze 58g w tym nasycon 18,75, węglowodany 296g w tym cukry 88g, błonnik 41g, sól 6,5g

Dzieci	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/2/5/8-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 260ml [6]	Zupa koperkowa z ryżem 350ml Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Marchewka plastry mix 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 70g [3/6], dżem niskosłodzony 25g, Pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2371, Białko 109, Tłuszcze 72g w tym nasycone 29 węglowodany 257g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	jogurt 150g [6]	kefir 200ml [6]		
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata czerwona 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml Filet z ryby na parze 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Brokuł gotowany 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z jajek i tuńczyka 70g [3/8], Pomidor 50g, roszonek 10g, pasta z fasoli 70g [8] Herbata 250ml	Energia: 2177, Białko 89g, Tłuszcze 58g w tym nasycon 18,75, węglowodany 296g w tym cukry 88g, błonnik 41g, sól 6,5g
	Jogurt vege 125g	Owsianka 1 szt. 100g	Kanapka 1 szt.	

PAPKA	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Kakao 260ml [6]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g+MUS JABŁKOWY z cukrem 220g Kompot 250ml	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem [1/2/8] 502g Herbata 250ml	Energia: 2371, Białko 109, Tłuszcze 72g w tym nasycone 29 węglowodany 257g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Jogurt 100g [6]	kefir 200 ml [6]	sok warzywny 300 ml [8]	
Chirurgiczna poopercyjna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/2/5/8-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 350ml Pulpet rybny 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Marchewka plastry mix 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, serek deliser 1 szt [6], jabłko z pieca 1 szt, sałata roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2371, Białko 109, Tłuszcze 72g w tym nasycone 29 węglowodany 257g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g

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

Dieta	15.sty.26 - czwartek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g, mandarynka 1 szt. Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schabowy wieprzowy 120g[1/2], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] Twarożek z koperkiem 70g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2323 kcal, Białko 110, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g, mandarynka 1 szt. Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schab z pieca 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z koperkiem 70g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2288 kcal, Białko 120, Tłuszcze 83g w tym nasycone 24,3, węglowodany 248g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g, mandarynka 1 szt. Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schab z pieca 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z koperkiem 70g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2288 kcal, Białko 120, Tłuszcze 83g w tym nasycone 24,3, węglowodany 248g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
	Jogurt 150g [6]	Owsianka 1 szt. 100g		
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g, mandarynka 1 szt. Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schab z pieca 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z koperkiem 70g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2288 kcal, Białko 120, Tłuszcze 83g w tym nasycone 24,3, węglowodany 248g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
	Jogurt 150g [6]	Owsianka 1 szt. 100g		
Niska Tłuszczowa	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa (bez groszku) 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schab z pieca 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	0 pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z koperkiem 70g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2245, Białko 123, Tłuszcze 78g w tym nasycone 26,8, węglowodany 249g w tym cukry 71g, błonnik 40g, sól 7,9g

Cukrzyca	Pieczyczo razowe 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g, mandarynka 1 szt. Kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schab z pieca 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczyczo żytnie razowe 100g[1], masło 10g[6] Twarożek z koperkiem 100g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata lodowa 30g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2195, Białko 100, Tłuszcze 63g w tym nasycone 22, węglowodany 309g w tym cukry 78g, błonnik 40g, sól 7,8g
	kefir 200 ml[6]	Jabłko 1 szt.	Kanapka 1 szt.	
Dgr. Pnb. s. Złagodkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa (bez groszku) 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schab z pieca 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Twarożek z koperkiem 70g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2245, Białko 123, Tłuszcze 78g w tym nasycone 26,8, węglowodany 249g w tym cukry 71g, błonnik 40g, sól 7,9g
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona mielona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 9bez groszku) 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Pulpet ze schabu 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Twarożek z koperkiem 70g [6], wędlina mielona 70g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2288 kcal, Białko 120, Tłuszcze 83g w tym nasycone 24,3, węglowodany 248g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
Neutropeniczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g[2/8/9], mus tubka 100g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schab z pieca 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Tuńczyk z warzywami 70g [3/6], wędlina 30g [1/5/7-10], pasta z pomidora 70g Herbata 250ml	Energia: 2288 kcal, Białko 120, Tłuszcze 83g w tym nasycone 24,3, węglowodany 248g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
Bezmielczna	Kisiel 300ml Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schab z pieca 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Tuńczyk z warzywami 70g [3/6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2151, Białko 99, Tłuszcze 78g w tym nasycone 26,8, węglowodany 244g w tym cukry 67g, błonnik 37g, sól 9g

Dzieci	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g, mandarynka 1 szt. Herbata 250ml	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schab z pieca 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Twarożek z koperkiem 70g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2288 kcal, Białko 120, Tłuszcze 83g w tym nasycone 24,3, węglowodany 248g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
	Jogurt 150g [6]	Owsianka 1 szt. 100g		
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g[2/8/9], sałata lodowa 30g, sok pomidorowy 300 ml Herbata 250ml	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Schab z pieca 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 70g [3/6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2151, Białko 99, Tłuszcze 78g w tym nasycone 26,8, węglowodany 244g w tym cukry 67g, błonnik 37g, sól 9g
	wafle ryżowe 3 szt.	Jabłko z pieca 1 szt.	Kanapka 1 szt.	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8] Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Przetarta z cukinią i schabem i siemieniem [1/2/8] 488g Kompot 250ml	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] 502g Herbata 250ml	Energia: 2288 kcal, Białko 120, Tłuszcze 83g w tym nasycone 24,3, węglowodany 248g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g
	jogurt 100g [6]	Owsianka 1 szt. 100g	Mus owocowy 100g	
Chirurgiczna poopercyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] --- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g, sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Zupa z buraczkowa z ziemniakami 350 ml [1/2/8] Pulpet ze schabu 120g w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2288 kcal, Białko 120, Tłuszcze 83g w tym nasycone 24,3, węglowodany 248g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 9g

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

Dieta	14.sty.26 - środa			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2600kcal, Białko 109 Tłuszcze 81 g w tym nasycone 25, węglowodany 251g w tym cukry 88g, błonnik 40g, sól 4,9g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Kotlet mielony 120g [1/2], ziemniaki 200g Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, papryka 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2493 kcal, Białko 108, Tłuszcze 72g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2493 kcal, Białko 108, Tłuszcze 72g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2493 kcal, Białko 108, Tłuszcze 72g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
Niska Tłuszczowa	---	Zupa grysikowa 350g [1/8]	0	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 150g [6], pomidor b/s 50g, rukola 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	

Cukrzyca	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g	--- Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10], ser żółty 25g[6], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2600kcal, Białko 109 Tłuszcze 81 g w tym nasycone 25, węglowodany 251g w tym cukry 88g, błonnik 40g, sól 4,9g
	Bez Cukru kefir 200 ml [6]	Bez Cukru Budyń b/c 200g [1/6]	Bez Cukru Kanapka 1 szt.	
Dgr. Pnb. s. Związkowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2387 kcal, Białko 119, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 324g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor b/s 50g, rukola 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Brokuł gotowany z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-	Energia: 2493 kcal, Białko 108, Tłuszcze 72g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
Neutropeniczna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z suszonych pomidorów z warzywami 100g [8], herbatniki 1 op 15g [1/2/6] Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Brokuł gotowany z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, kalafior gotowany 100g Herbata 250ml	Energia: 2493 kcal, Białko 108, Tłuszcze 72g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2354kcal, Białko 97, Tłuszcze 81g w tym nasycone 25, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g

Dzieci	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Brokuł gotowany z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2493 kcal, Białko 108, Tłuszcze 72g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	kefir 200ml [6]	Budyń 200g [1/6]		
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 70g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2354kcal, Białko 97, Tłuszcze 81g w tym nasycone 25, węglowodany 320g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g
	jogurt vege 125g	Budyń na napoju owsianym 200g [1]	Kanapka 1 szt.	
PAPKA	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] Herbata 250ml	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g Kompot 250ml	Przetarta z brokułami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 2493 kcal, Białko 108, Tłuszcze 72g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	Jogurt 100g [6]	Mus tubka 100g	Budyń 200g [1/6]	
Chirurgiczna poopercyjna	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [½], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Seler na parze z oliwą z oliwek 130g [8] Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2493 kcal, Białko 108, Tłuszcze 72g w tym nasycone 26,8, węglowodany 327g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g

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

Dieta	13.sty.26 - wtorek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	
Podstawa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], ogórek zielony 50g, sałata 10g, kiwi 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa z groszkiem 360g [8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], papryka 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2318kcal, Białko 105g, Tłuszcze 76g w tym nasycone 31,6, węglowodany 209g w tym cukry 56g, błonnik 43g, sól 6,7g
	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 50g, sałata 10g, kiwi 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa z groszkiem 360g [8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 50g, sałata 10g, kiwi 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa z groszkiem 360g [8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	jogurt naturalny 100g [6]	Kisiel 200 ml		
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 50g, sałata 10g, kiwi 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa z groszkiem 360g [8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	jogurt naturalny 100g [6]	Kisiel 200 ml		
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z białek jaj z tuńczykiem 100g [2], pomidor b/s 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2279kcal, Białko 108g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 296g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g

Cukrzyca	Pieczycywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], ogórek zielony 50g, sałata 10g, kiwi 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Zupa jarzynowa z groszkiem 360g [8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczycywo razowe 100g [1], masło10g[6] połędwica sopočka 40g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], papryka 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2318kcal, Białko 105g, Tłuszcze 76g w tym nasycone 31,6, węglowodany 209g w tym cukry 56g, błonnik 43g, sól 6,7g
	jogurt naturalny 100g [6]	sok pomidorowy 300 ml	Kanapka 1 szt.	
Dgr. Pnb. s. Złagodkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczycywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z białek jaj z tuńczykiem 100g [2], pomidor b/s 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopočka 40g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2279kcal, Białko 108g, Tłuszcze 64g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 296g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczycywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] fromage 80g [6], pomidor B/S 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa z groszkiem 360g [8] Pulpet z piersi z kurczaka 120g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopočka - siekana 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	jogurt naturalny 100g [6]	sok pomidorowy 300 ml		
Neutropeniczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczycywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z białek jaj z tuńczykiem 100g [2], pasta z warzyw i oliwek 70g [8], jabłko z pieca 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa z groszkiem 360g [8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopočka 40g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8] Herbata 250ml	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Mus owocowy 100g	sok pomidorowy 300 ml		
Bezmleczna	Kisiel 300ml Pieczycywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z białek jaj z tuńczykiem 100g [2], pomidor b/s 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa z groszkiem 360g [8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopočka 40g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8], Pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2206 kcal, Białko 95g, Tłuszcze 69g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 280g w tym cukry 62g, błonnik 37g, sól 6,3g

Dzieci	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 50g, sałata 10g, kiwi 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa z groszkiem 360g [8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 40g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	jogurt naturalny 100g [6]	Kisiel 200ml		
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z białek jaj z tuńczykiem 100g [2], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Zupa jarzynowa z groszkiem 360g [8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 40g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8], pomidor 5g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2206 kcal, Białko 95g, Tłuszcze 69g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 280g w tym cukry 62g, błonnik 37g, sól 6,3g
	jogurt vege 125g	sok pomidorowy 300 ml	Kanapka 1 szt.	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słonecznikiem[2/8] 502g Kompot 250ml	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g Herbata 250ml	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Jogurt 100g [6]	Kisiel 200ml	Mus owocowy 100g	
Chirurgiczna poopercyjna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z białek jaj z tuńczykiem 100g [2], pomidor b/s 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 40g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8] Herbata 250ml	Energia: 2303 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 280g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g

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

Dieta	12.sty.26 - poniedziałek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], papryka 50g, rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 2450kcal, Białko 144g, Tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 302g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 2447kcal, białko: 127g, tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 286g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 2447kcal, białko: 127g, tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 286g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	Jogurt naturalny 200g[6]	Wafle ryżowe 3 szt.		
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 2447kcal, białko: 127g, tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 286g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	Jogurt naturalny 200g[6]	Wafle ryżowe 3 szt.		
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie bezgroszku 220g [2/3/8], Jabłko z pieca 1 szt., pomidor b/s 50g Herbata 250ml	Energia: 2438 kcal, białko: 124g, tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 287g w tym cukry 61g, błonnik 31g, sól 4,9g

Cukrzyca	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], papryka 50g, rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	---	Energia: 2450kcal, Białko 144g, Tłuszcze 78g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 302g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	Jogurt naturalny 200g[6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Dgr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] Kompot 250ml	---	Energia: 2438 kcal, białko: 124g, tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 287g w tym cukry 61g, błonnik 31g, sól 4,9g
Mielona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina mielona 80g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] Kompot 250ml	---	Energia: 2447kcal, białko: 127g, tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 286g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
Neutropeniczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2447kcal, białko: 127g, tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 286g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Brokułowa 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2392 kcal, białko: 100g, tłuszcze 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 286g w tym cukry 56g, błonnik 36g, sól 5,3g
	Mus tubka 100g	Budyń 200g[6]		

Dzieci	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata Herbata 250ml	Energia: 2447kcal, białko: 127g, tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 286g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	Jogurt naturalny 200g[6]	Wafle ryżowe 3 szt.		
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Brokułowa 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko z pieca 1 szt., pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 2392 kcal, białko: 100g, tłuszcze 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 286g w tym cukry 56g, błonnik 36g, sól 5,3g
	Jogurt vege 125g	wafle ryżowe 3szt.	Kanapka 1 szt.	

PAPKA	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] Kakao 200ml	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g Kompot 250ml	Przetarta z brokułami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 2447kcal, białko: 127g, tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 286g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	Jogurt naturalny 100g [6]	Galaretka czysta 180g	Kisiel 200g	
Chirurgiczna poopercyjna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] sos boloński 180g [1/2/8], makaron pszenny 200g [1] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] potrawka z szynki w sosie warzywnym 180g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g Herbata 250ml	Energia: 2447kcal, białko: 127g, tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 286g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g

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