

Dieta	07.sty.26 - 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: 2468kcal, Białko 103 Tłuszcze 83 g w tym nasycone 25, węglowodany 218g w tym cukry 88g, błonnik 40g, sól 4,9g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, banan 1 szt.	Bigos z kapusty białej 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 50g, roszponka 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
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], rukola 10g, banan 1 szt.	Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
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], rukola 10g, banan 1 szt.	Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jogurt 100g [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], rukola 10g, banan 1 szt.	Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jogurt 100g[6]		Sok warzywny 300 ml [8]	
Nisko Tłuszczowa	---	Zupa grysikowa 350g [1/8]	0	Energia: 2417 kcal, Białko 108, Tłuszcze 74g w tym nasycone 21, węglowodany 308g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
	pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, banan 1 szt.	Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g	

	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
--	---------------	--------------	---------------	--

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2352kcal, Białko 105, Tłuszcze 83g w tym nasycone 25, węglowodany 183g w tym cukry 58g, błonnik 41g, sól 5,2g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, jabłko 1 szt.	Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 50g, papryka 50g, rozspanka 10g	
	Herbata 250ml Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	Jogurt naturalny 100g [6]	kisiel b/c 250ml	Sok warzywny 300 ml [8]	
Dgr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2417 kcal, Białko 108, Tłuszcze 74g w tym nasycone 21, węglowodany 308g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, banan 1 szt.	Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, rozspanka 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
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], rukola 10g, banan 1 szt.	Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, rozspanka 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem	
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 50g [1/5/7-10], mus owocowy 100g, oliwi zielone 50g	Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g	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	
Bezmielczna	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 50g[1/5/7-10], rukola 10g, banan 1 szt.	Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, rozspanka 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	

Dzieci	---	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g	---	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], rukola 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	jogurt 100g[6]		Sok warzywny 300 ml [8]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g	---	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 50g [1/5/7-10], rukola 10g, banan 1szt. Herbata 250ml	Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 50g, papryka 50g, rozszponka 10g Herbata 250ml	
	jogurt vege 125g	kisiel b/c 250ml	Sok warzywny 300 ml [8]	

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 brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Herbata 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
	Jogurt 100g [6]	kisiel 250ml	sok warzywny 300 ml	
Chirurgiczna pooperacyjna	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], sałata 10g, mus owocowy 100g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g 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
			pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, rozszponka 10g Herbata 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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	06.sty.26 - wtorek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Fasolowa na wędzonce 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2648kcal, Białko 125g, Tłuszcze 92g w tym nasycone 31,6, węglowodany 247g w tym cukry 56g, błonnik 43g, sól 6,7g
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mandarynka 1 szt.	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], papryka 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 101g, Tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 284g 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., mandarynka 1 szt.	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 101g, Tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 284g 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., mandarynka 1 szt.	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt 100g [6]		galaretka 250ml	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 101g, Tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 284g 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., mandarynka 1 szt.	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	pieczywo jasne 100g[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	
	Jogurt 100g [6]		galaretka 250ml	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2272kcal, Białko 96g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 292g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6.3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus owocowy 100g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g	

kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
----------------------------	--------------	-------------------------	--

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2479 kcal, Białko 116, Tłuszcze 91g w tym nasycone 30,4 węglowodany 209g 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., mandarynka 1 szt.	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], papryka 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	
	jogurt naturalny 100g [6]	sok warzywny 300 ml	Galaretka b/c 250ml	
Dgr. Pob. s. Związkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2272kcal, Białko 96g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 292g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 101g, Tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 284g 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., mus owocowy 100g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka - mielona 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 101g, Tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 284g 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., mus owocowy 100g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], oliwki zielone 50g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
Bezmielczna	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2270 kcal, Białko 97g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 262g 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., mus owocowy 100g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt.[2], Pomidor 50g, sałata 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	

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., mandarynka 1 szt.	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt 100g [6]		Galaretka 250 ml	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2270 kcal, Białko 97g, Tłuszcze 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 262g 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., mus owocowy 100g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], papryka 50g, sałata 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	jogurt vege 125g	sok warzywny 300 ml	Galaretka b/c 250ml	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słońcem [2/8] 502g	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g	Energia: 2438 kcal, Białko 101g, Tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 284g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt 100g [6]	sok warzywny 300 ml	Galaretka 250ml	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2438 kcal, Białko 101g, Tłuszcze 91g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 284g 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], mus owocowy 100g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g guraczki gotowane 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, sałata 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	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

Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty

Dieta	05.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] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Zupa kalafiorowa 350ml [8] gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	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], jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Zupa kalafiorowa 350ml [8] gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
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], jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Zupa kalafiorowa 350ml [8] gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	jogurt 100g [6]		kisiel 250 ml	
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], jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Zupa kalafiorowa 350ml [8] gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	jogurt 100g [6]		kisiel 250 ml	
Nisko 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], jabłko pieczone 1 szt.	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8] gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8]	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	Energia: 2103 kcal, białko: 99g, tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 247g w tym cukry 61g, błonnik 31g, sól 4.9g

	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
--	---------------	--------------	---------------	--

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt.	gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata mix 10g	
	Kakao 200ml Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	jogurt 100g[6]	galaretka b/c 250ml	kisiel b/c 250 ml	
Dgr. Pob. s. Żołądkowy	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2103 kcal, białko: 99g, tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 247g 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], jabłko pieczone 1 szt.	gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, 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], jabłko pieczone 1 szt.	pulpet z szynki 120g [1/2] w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., b/s pomidor 50g, sałata mix 10g	
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, 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], jabłko pieczone 1 szt.	gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., mus tubka 100g	
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2124 kcal, białko: 91g, tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 251g 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], jabłko pieczone 1 szt.	gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, 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], jabłko 1 szt. Kakao 200ml	gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	jogurt 100g [6]		kisiel 250 ml	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2124 kcal, białko: 91g, tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 251g 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], jabłko pieczone 1 szt. Herbata 250ml	gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g, pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	jogurt vege 125g	galaretka b/c 250ml	kisiel b/c 250 ml	

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: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt naturalny 100g [6]	galaretka 250ml	kisiel 250 ml	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] Jogurt 100g [6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], twaróg 80g [6], jabłko pieczone 1 szt. Herbata 250ml	pulpet z szynki 120g [1/2] w sosie własnym 80g [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, sałata 10g Herbata 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