

Dieta	08.mar.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], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 130g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 70g [6], miód 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2083kcal, Białko 100g, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22,1g, węglowodany 241g w tym cukry 77g, błonnik 30g, sól 6,2g</p>
	Kisiel 250 ml			
Lekkostrawna	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 70g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2146 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 259g w tym cukry 79g, błonnik 31g, sól 6,4g</p>
	Kisiel 250 ml			
Wys. Białkowa	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 70g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2146 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 259g w tym cukry 79g, błonnik 31g, sól 6,4g</p>
	Jogurt 150g [6]	galaretka 250 ml	Kisiel 250 ml	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 70g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2146 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 259g w tym cukry 79g, błonnik 31g, sól 6,4g</p>
	Jogurt 150g [6]	galaretka 250 ml	Kisiel 250 ml	
Nisko Tłuszczowa	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa bez majonezu i groszku 100g [6] , sałata mix 10g, Herbata 250ml</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 70g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 2159kcal, Białko 107g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 263g w tym cukry 69g, błonnik 31g, sól 6,7g</p>
	Kisiel 250 ml			

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] --- Pieczywo żytnie razowe 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml Bez Cukru	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 130g Kompot 250ml Bez Cukru	---	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 70g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 1974kcal, Białko 96g, Tłuszcze 65g w tym nasycone 22,1g, węglowodany 2224g w tym cukry 77g, błonnik 30g, sól 6,2g
	Jogurt naturalny 150g [6]	sok pomidorowy 200 ml	Kisiel b/c 250 ml		
Dgr. Pnb. s. Związkowy	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa bez majonezu i groszku 100g [6] , sałata mix 10g, Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g Kompot 250ml	---	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 70g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2159kcal, Białko 107g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 263g w tym cukry 69g, błonnik 31g, sól 6,7g
			Kisiel 250 ml		
Mielona	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona mielona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Pulpet ze schabu w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g Kompot 250ml	---	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 70g [6], szynka kanapkowa mielona 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2159kcal, Białko 107g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 263g w tym cukry 69g, błonnik 31g, sól 6,7g
	Jogurt 150g [6]	galaretka 250 ml	Kisiel 250 ml		
Neutropeniczna	--- Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa bez jabłka 100g [2/8/9], jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g Kompot 250ml	---	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], brokuł gotowany 100g Herbata 250ml	Energia: 2146 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 259g w tym cukry 79g, błonnik 31g, sól 6,4g
	sok pomidorowy 200 ml	galaretka 250 ml	Kisiel 250 ml		
Bezmielczna	Kisiel b/c 300 ml --- Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g Kompot 250ml	---	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 1989 kcal, Białko 94g, Tłuszcze 62g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,8g, węglowodany 250g w tym cukry 60g, błonnik 42g, sól 6,3g
			Kisiel 250 ml		

Dzieci	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1] --- Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 70g [6], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2146 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,1g, węglowodany 259g w tym cukry 79g, błonnik 31g, sól 6,4g
	jogurt 150g[6]	galaretka 250 ml	Kisiel 250 ml	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel b/c 300 ml --- Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/9], sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Schab z pieca w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 1989 kcal, Białko 94g, Tłuszcze 62g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,8g, węglowodany 250g w tym cukry 60g, błonnik 42g, sól 6,3g
	sok pomidorowy 200 ml	wafle ryżowe 3 szt.	Kisiel b/c 250 ml	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8] Herbata 250ml	Przetarta z kalafiem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta z buraczkiem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 502g [1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 2040 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 81g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14,7g, węglowodany 203g w tym cukry 53g, błonnik 30g, sól 4,9g
	Jogurt naturalny 100g [6]	galaretka 250 ml	Kisiel 250 ml	
Chirurgiczna poopercyjna	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina krakowska parzona 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Pulpet ze schabu w sosie koperkowym 110g/80g [1/8], ziemniaczki 200g buraczki duszone 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twarożek naturalny z koperkiem 70g [6],szynka kanapkowa 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10 g Herbata 250ml	Energia: 2159kcal, Białko 107g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 263g w tym cukry 69g, błonnik 31g, sól 6,7g
			Kisiel 250 ml	

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	07.mar.26 - sobota		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1/6] Pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], ogórek kiszony 50g , roszponka 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa ogórkowa zabieleną 350 ml [1/8] Potrawka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g Surówka z marchewki i selera z sezamem i oliwą z oliwek 130g [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Energia: 2133, Białko 98, Tłuszcze 70g w tym nasycone 27, węglowodany 247g w tym cukry 90g, błonnik 38g, sól 6,2g
	Budyń 250 ml [6]			
Lekkostrawna	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g , roszponka 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8] Potrawka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g Surówka z marchewki i selera z sezamem i oliwą z oliwek 130g [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Energia: 2142, Białko 98, Tłuszcze 69g w tym nasycone 28, węglowodany 265g w tym cukry 88g, błonnik 26g, sól 6,2g
	Budyń 250 ml [6]			
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g , roszponka 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8] Potrawka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g Surówka z marchewki i selera z sezamem i oliwą z oliwek 130g [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Energia: 2142, Białko 98, Tłuszcze 69g w tym nasycone 28, węglowodany 265g w tym cukry 88g, błonnik 26g, sól 6,2g
	kefir 200 ml [6]	mus tubka 100g	Budyń 250 ml [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g , roszponka 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8] Potrawka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g Surówka z marchewki i selera z sezamem i oliwą z oliwek 130g [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Energia: 2142, Białko 98, Tłuszcze 69g w tym nasycone 28, węglowodany 265g w tym cukry 88g, błonnik 26g, sól 6,2g
	kefir 200 ml [6]	mus tubka 100g	Budyń 250 ml [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g , roszponka 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8] Potrawka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g [8] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Tuńczyk z warzywami 70g [3/8], miód 1szt., pomidor b/s 50g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Energia: 2019 Białko 92g, Tłuszcze 58g w tym nasycone 22, węglowodany 264g w tym cukry 70g, błonnik 33g, sól 8,3g
	Budyń 250 ml [6]			

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], ogórek kiszony 50g , roszoneka 10g, kiwi 1 szt. Herbata 250ml	Zupa ogórkowa zabelana 350 ml [1/8] Potrawka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g Surówka z marchewki i selera z sezamem i oliwą z oliwek 130g [10] Kompot 250ml	--- Pieczyworazowe 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], wędlna 30g[1/5/7-10], pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Energia: 2058 Białko 90g, Tłuszcze 74g w tym nasycone 24,8g, węglowodany 224g w tym cukry 74g, błonnik 39g, sól 6g
	Kefir 200ml [6]	sok pomidorowy 200ml	Budyń b/c 250 ml [6]	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g , roszoneka 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8] Potrawka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g [8] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 70g [3/8], miód 1szt., pomidor b/s 50g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Energia: 2019 Białko 92g, Tłuszcze 58g w tym nasycone 22, węglowodany 264g w tym cukry 70g, błonnik 33g, sól 8,3g
			Budyń 250 ml [6]	
Mielona	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlna mielona 80g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g , roszoneka 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8] Potrawka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g seler gotowany z oliwą z oliwek 130g [8] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor b/s 50g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Energia: 2019 Białko 92g, Tłuszcze 58g w tym nasycone 22, węglowodany 264g w tym cukry 70g, błonnik 33g, sól 8,3g
	kefir 200 ml [6]	mus tubka 100g	Budyń 250 ml [6]	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z zacierką 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], hummus pomidorowy 100g, jabłko pieca 1 szt. Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8] Potrawka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g seler gotowany z oliwą z oliwek 130g [8] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 70g [3/8], pasta z pomidora i warzyw 80g [1/8] Herbata 250ml	Energia: 2142, Białko 98, Tłuszcze 69g w tym nasycone 28, węglowodany 265g w tym cukry 88g, błonnik 26g, sól 6,2g
	jogurt vege 125g	mus tubka 100g	Budyń na mleku owsianym 250 ml	
Bezmielczna	Zupa jarska z ryżem 300 ml Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor 50g , roszoneka 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8] Potrawka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g Surówka z marchewki i selera z sezamem i oliwą z oliwek 130g [10] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 70g [3/8], miód 1 szt., pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata 250ml	Energia: 2010, Białko 85, Tłuszcze 64g w tym nasycone 21,9g, węglowodany 254g w tym cukry 72g, błonnik 34g, sól 8,5g
			Budyń na mleku owsianym 250 ml	

Dzieci	Jogurt z ziarnami zbóż 150g [1/6]	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 2142, Białko 98, Tłuszcze 69g w tym nasycone 28, węglowodany 265g w tym cukry 88g, błonnik 26g, sól 6,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g , roszonek 10g, banan 1 szt.	Potrąwka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g seler gotowany z oliwą z oliwek 130g [8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], miód 1 szt., pomidor 50g, mix sałat 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	kefir 200 ml [6]	mus tubka 100g	Budyń 250 ml [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska z ryżem 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 2010, Białko 85, Tłuszcze 64g w tym nasycone 21,9g, węglowodany 254g w tym cukry 72g, błonnik 34g, sól 8,5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g , roszonek 10g, banan 1 szt.	Potrąwka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, kasza jęczmienna 200g Surówka z marchewki i selera z sezamem i oliwą z oliwek 130g [10]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk z warzywami 70g [3/8], pomidor 50g, mix sałat 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	sok pomidorowy 200 ml	sok pomidorowy 200 ml	Budyń na mleku owsianym 250 ml	

PAPKA	Przetarta z kaszą manną, rybą, pestkami dyni 502g[1/2/3/8]	Przetarta ze schabem i dynią 500ml [1/2/8]	Przetarta z pomidorami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i siemieniem lnianym 517g [1/2/8]	Energia: 2094, Białko 107g, Tłuszcze 78g w tym nasycone 11g, węglowodany 219g w tym cukry 74g, błonnik 32g, sól 5,6g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jogurt naturalny 100g [6]	kisiel 250 ml [1]	Budyń 250 ml [6]	
Chirurgiczna poopercyjna	0 0	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml [8]	---	Energia: 2019 Białko 92g, Tłuszcze 58g w tym nasycone 22, węglowodany 264g w tym cukry 70g, błonnik 33g, sól 8,3g
	Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g , roszonek 10g, jabłko z pieca 1 szt.	Potrąwka z fileta z kurczaka duszona w sosie własnym 200g, ziemniaki 200g seler gotowany z oliwą z oliwek 130g [8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina chuda drobiowa 50g [1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			Budyń 250 ml [6]	

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	06.mar.26 - piątek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczywo razowe + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], ser twarogowy 100g [6], papryka czerwona 50g, sałata mix 10g , jabłko 1 szt. Kakao 200ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Miruna smażona 120g [1/3], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2254 Białko 102, Tłuszcze 83g w tym nasycone 27, węglowodany 249g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,8g
			Mus tubka 100g	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g , jabłko 1 szt. Kakao 200ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Miruna na parze 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2290, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 27,8, węglowodany 283g w tym cukry 65g, błonnik 28,5g, sól 7g
			Mus tubka 100g	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g , jabłko 1 szt. Kakao 200ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Miruna na parze 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2290, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 27,8, węglowodany 283g w tym cukry 65g, błonnik 28,5g, sól 7g
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml	jogurt 150g [6]	Mus tubka 100g	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g , jabłko 1 szt. Kakao 200ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Miruna na parze 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2290, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 27,8, węglowodany 283g w tym cukry 65g, błonnik 28,5g, sól 7g
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml	jogurt 150g [6]	Mus tubka 100g	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], ser twarogowy 100g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g , jabłko z pieca 1 szt. Herbata czerwona 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Miruna na parze 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj z koperkiem 100g [2], pomidor b/s 50g , sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2192, Białko 100 Tłuszcze 64g w tym nasycone 18,4, węglowodany 285g w tym cukry 54g, błonnik 27g, sól 6,1g
			Mus tubka 100g	

Cukrzyca	Pieczyno razowe + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], ser twarogowy 100g [6], papryka czerwona 50g, sałata mix 10g , jabłko 1 szt. Kakao 260ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Miruna na parze 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	---	Energia: 2092 Białko 92, Tłuszcze 70g w tym nasycone 27, węglowodany 245g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,8g
	Bez Cukru	Bez Cukru	Bez Cukru	
	sok pomidorowy 200 ml	jogurt 150g [6]	Mus tubka 100g	
Dgr. Pnb. s. Związkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczyno pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g , jabłko z pieca 1 szt. Herbata czerwona 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Miruna na parze 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	---	Energia: 2192, Białko 100 Tłuszcze 64g w tym nasycone 18,4, węglowodany 285g w tym cukry 54g, błonnik 27g, sól 6,1g
		Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			Mus tubka 100g	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczyno pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g , jabłko z pieca 1 szt. Kakao 200ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Pulpet rybny 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	---	Energia: 2192, Białko 100 Tłuszcze 64g w tym nasycone 18,4, węglowodany 285g w tym cukry 54g, błonnik 27g, sól 6,1g
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
		jogurt 150g [6]	Mus tubka 100g	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczyno pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], Pasta z tuńczyka i warzyw 100g [2/8], miód 1 szt., jabłko z pieca 1 szt. Kakao 260ml [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Miruna na parze 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	---	Energia: 2270, Białko 104, Tłuszcze 73g w tym nasycone 27,8, węglowodany 282g w tym cukry 65g, błonnik 28,5g, sól 7g
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
		budyń 250ml [1/6]	Mus tubka 100g	
Bezmleczna	Kisiel b/c 300ml Pieczyno pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], Pasta z tuńczyka i warzyw 100g [2/8], pomidor 50g, sałata mix 10g ,jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Miruna na parze 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	---	Energia: 2123, Białko 91, Tłuszcze 69g w tym nasycone 17,2, węglowodany 265g w tym cukry 49g, błonnik 36g, sól 6,4g
		Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			Mus tubka 100g	

Dzieci	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2290, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 27,8, węglowodany 283g w tym cukry 65g, błonnik 28,5g, sól 7g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g , jabłko 1 szt.	Miruna na parze 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 50g, sałata 10g	
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	galaretka owocowa niskosłodzona 250ml	jogurt 150g [6]	Mus tubka 100g	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel b/c 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2123, Białko 91, Tłuszcze 69g w tym nasycone 17,2, węglowodany 265g w tym cukry 49g, błonnik 36g, sól 6,4g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6], Pasta z tuńczyka i warzyw 100g [2/3], pomidor 50g, sałata mix 10g , jabłko z pieca 1 szt.	Miruna na parze 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 2szt. [2], pomidor 50g, sałata 10g	
	Herbata czerwona 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	sok pomidorowy 200 ml	budyń na napoju owsianym 250 ml	Mus tubka 100g	

PAPKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem 572g [1/2/8]	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 502 [1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem 435 g[1/2/8]	Energia: 1999, Białko 128, Tłuszcze 80g w tym nasycone 12,1, węglowodany 172g w tym cukry 14,2g, błonnik 15,3g, sól 4,7g
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	jogurt naturalny 100g [6]	galaretka 250 ml	Mus tubka 100g	
Chirurgiczna poopercyjna	0 0	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2192, Białko 100 Tłuszcze 64g w tym nasycone 18,4, węglowodany 285g w tym cukry 54g, błonnik 27g, sól 6,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], margaryna rama 10g[6] Filet z wędzonego indyka 50g [1/5], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g , jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Pulpet rybny 120g w sosie cytrynowym 80g [1/3/8], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasta z jaj 100g [2], pomidor b/s 50g, sałata 10g	
			Mus tubka 100g	

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	05.mar.26 - czwartek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa buraczkowa 350ml [8] Pierogi ruskie z koperkiem 300g [1/6] Marchewka z groszkiem 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] Herbata 250ml	Energia: 2142 kcal, Białko 86, Tłuszcze 56g w tym nasycone 22, węglowodany 218g w tym cukry 71g, błonnik 41g, sól 6,6g
			Jogurt 200g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa buraczkowa 350ml [8] Pierogi ruskie z koperkiem 300g [1/6] Marchewka z groszkiem 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] Herbata 250ml	Energia: 2140 kcal, Białko 86, Tłuszcze 56g w tym nasycone 22, węglowodany 306g w tym cukry 71g, błonnik 41g, sól 6,6g
			Jogurt 200g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa buraczkowa 350ml [8] Pierogi ruskie z koperkiem 300g [1/6] Marchewka z groszkiem 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] Herbata 250ml	Energia: 2140 kcal, Białko 86, Tłuszcze 56g w tym nasycone 22, węglowodany 306g w tym cukry 71g, błonnik 41g, sól 6,6g
	kefir 200 ml [6]	jaglanka 1 szt.	Jogurt 200g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa buraczkowa 350ml [8] Pierogi ruskie z koperkiem 300g [1/6] Marchewka z groszkiem 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] Herbata 250ml	Energia: 2140 kcal, Białko 86, Tłuszcze 56g w tym nasycone 22, węglowodany 306g w tym cukry 71g, błonnik 41g, sól 6,6g
	kefir 200 ml [6]	jaglanka 1 szt.	Jogurt 200g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor b/s 50g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa buraczkowa 350ml [8] Pierogi ruskie z koperkiem 300g [1/6] marchewka mini z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z mięsem z kurczaka 300g [1/8] Herbata 250ml	Energia: 2180, Białko 86, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 302g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
			Jogurt 200g [6]	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Zupa buraczkowa 350ml [8] Pierogi ruskie z koperkiem 300g [1/6] Marchewka z groszkiem 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczyno żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2141 kcal, Białko 82 Tłuszcze 60g w tym nasycone 22, węglowodany 212g w tym cukry 73g, błonnik 32g, sól 6,6g
	kefir 200 ml [6]	kisiel 250 ml [1]	Jogurt 200g [6]	
Dgr. Pnb. s. Związkowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor b/s 50g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa buraczkowa 350ml [8] Pierogi ruskie z koperkiem 300g [1/6] marchewka mini z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z mięsem z kurczaka 300g [1/8] Herbata 250ml	Energia: 2180, Białko 86, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 302g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
			Jogurt 200g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor b/s 50g, jabłko pieczone 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa buraczkowa 350ml [8] Pierogi ruskie z koperkiem 300g [1/6] Marchewka mini z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] Herbata 250ml	Energia: 2180, Białko 86, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 302g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	kefir 200 ml [6]	jaglanka 1 szt.	Jogurt 200g [6]	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 100g [1/2/8], jabłko pieczone 1 szt , miód 1 szt. Herbata 250ml	Zupa buraczkowa 350ml [8] Pierogi ruskie 300g z masłem 5g [1/6] Marchewka z groszkiem 130g Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] Herbata 250ml	Energia: 2140 kcal, Białko 86, Tłuszcze 56g w tym nasycone 22, węglowodany 306g w tym cukry 71g, błonnik 41g, sól 6,6g
	jogurt vege 125g	jaglanka 1 szt.	jogurt vege 125g	
Bezmielczna	Zupa jarska z zacierką 357 g[1/2/8] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Pasztec drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt Herbata 250ml	Zupa buraczkowa 350ml [8] Pierogi z mięsem 300g , masło 5g [1/6] Marchewka z groszkiem 130g Kompot 250ml	--- pieczyno pszenne 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] Herbata 250ml	Energia: 2053, Białko 77, Tłuszcze 74g w tym nasycone 23, węglowodany 249g w tym cukry 50g, błonnik 32g, sól 6,2g
			jogurt vege 125g	

Dzieci	---	Zupa buraczkowa 350ml [8]	---	Energia: 2140 kcal, Białko 86, Tłuszcze 56g w tym nasycone 22, węglowodany 306g w tym cukry 71g, błonnik 41g, sól 6,6g
	Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko 1 szt. Herbata 250ml	Pierogi ruskie 300g z masłem 5g [1/6] Marchewka z groszkiem 130g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] Herbata 250ml	
	kefir 200 ml [6]	jaglanka 1 szt.	Jogurt 200g [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska z zacierką 357 g[1/2/8]	Zupa buraczkowa 350ml [8]	---	Energia: 2053, Białko 77, Tłuszcze 74g w tym nasycone 23, węglowodany 249g w tym cukry 50g, błonnik 32g, sól 6,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] Paszтет drobiowy domowy 100g [1/2/8], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko pieczone 1 szt Herbata 250ml	Pierogi z mięsem 300g , maselko 5g [1/6] Marchewka z groszkiem 130g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] leczo warzywne z kiełbaską z fileta 300g [1/8] Kakao na napoju sojowym [5]	
	jogurt vege 125g	kisiel 250 ml [1]	jogurt vege 125g	

PAPKA	Przetarta z kaszą manną i schabem 563 [1/2/8]	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8]	Przetarta z kalafiorem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 1972, Białko 102, Tłuszcze 72g w tym nasycone 11,6, węglowodany 211g w tym cukry 36,2g, błonnik 20,8g, sól 4,7g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt naturalny 100g [6]	Galaretka do picia 250ml	Jogurt 200g [6]	
Chirurgiczna poopercyjna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [6]	Zupa buraczkowa 350ml [8]	---	Energia: 2180, Białko 86, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 302g w tym cukry 71g, błonnik 30g, sól 6,6g
	---	Filet z kurczaka w sosie własnym 180g [1], ziemniaki 200g Marchewka mini z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, serek deliser 1 szt.[6], sałata mix 10g Herbata 250ml	
			Jogurt 200g [6]	

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	04.mar.26 - środa			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]	---	Energia: 2112 kcal, Białko 106, Tłuszcze 85g w tym nasycone 28,7 węglowodany 129g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 5,6g
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 40g [1/5/7-10], sałatka brokułowa 100g , sałata mix 10g, mandarynka 1 szt.	Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt.[2], ogórek kiszony 50g, sałata roszonek 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			Sok warzywny 300 ml [8]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]	---	Energia: 2113 kcal, Białko 106, Tłuszcze 84g w tym nasycone 24,6, węglowodany 218g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 40g [1/5/7-10], sałatka brokułowa 100g , sałata mix 10g, mandarynka 1 szt.	Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata roszonek 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			Sok warzywny 300 ml [8]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]	---	Energia: 2113 kcal, Białko 106, Tłuszcze 84g w tym nasycone 24,6, węglowodany 218g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 40g [1/5/7-10], sałatka brokułowa 100g , sałata mix 10g, mandarynka 1 szt.	Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata roszonek 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	budyń 180g [1/6]	Owsianka 1 szt.	Sok warzywny 300 ml [8]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]	---	Energia: 2113 kcal, Białko 106, Tłuszcze 84g w tym nasycone 24,6, węglowodany 218g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 40g [1/5/7-10], sałatka brokułowa 100g , sałata mix 10g, mandarynka 1 szt.	Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata roszonek 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	budyń 180g [1/6]	Owsianka 1 szt.	Sok warzywny 300 ml [8]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6]	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]	---	Energia: 1973 kcal, Białko 105, Tłuszcze 66g w tym nasycone 24, węglowodany 223g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g	Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] twaróg 70g [6], pasta z białek 70g[2], pomidor b/s 50g, sałata roszonek 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	

Cukrzyca	Pieczyno razowe + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 40g [1/5/7-10], sałatka brokułowa 100g , sałata mix 10g, mandarynka 1 szt.	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8] Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g	---	Energia: 1975 kcal, Białko 97, Tłuszcze 77g w tym nasycone 28,7 węglowodany 120g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 5,6g
	Herbata 250ml Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata 250ml Bez Cukru	
	budyń b/c 180g [1/6]	sok pomidorowy 200 ml	Sok warzywny 300 ml	
Dgr. Pob. s. Żołądkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczyno pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8] Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] twaróg 70g [6], pasta z białek 70g[2], pomidor b/s 50g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 1973 kcal, Białko 105, Tłuszcze 66g w tym nasycone 24, węglowodany 223g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
			Sok warzywny 300 ml [8]	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczyno pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina miksowana 80g [1/5/7-10], sałatka brokułowa 100g, sałata mix 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8] Pulpet z kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g[6], pasta z jajek 70g[2], pomidor b/s 50g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 1973 kcal, Białko 105, Tłuszcze 66g w tym nasycone 24, węglowodany 223g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
		budyń 180g [1/6]	Owsianka 1 szt.	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] Pieczyno pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 40g [1/5/7-10], sałatka brokułowa 100g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8] Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g Warzywa na parze z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], sok pomidorowy 300 ml, jajko 1 szt. [2] Herbata 250ml	Energia: 2113 kcal, Białko 106, Tłuszcze 84g w tym nasycone 24,6, węglowodany 218g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
		budyń 180g [1/6]	Owsianka 1 szt.	
Bezmielczna	Kisiel b/c 300ml Pieczyno pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 40g [1/5/7-10], sałatka brokułowa 100g, sałata mix 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8] Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 1866 kcal, Białko 87, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22,5, węglowodany 208g w tym cukry 70,9g, błonnik 31g, sól 7,6g
			Sok warzywny 300 ml [8]	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]	---	Energia: 2113 kcal, Białko 106, Tłuszcze 84g w tym nasycone 24,6, węglowodany 218g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 40g [1/5/7-10], sałatka brokułowa 100g , sałata mix 10g, mandarynka 1 szt. Herbata 250ml	Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g Warzywa na parze z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	
	budyń 180g [1/6]	Owsianka 1 szt.	Sok warzywny 300 ml [8]	
Bezmleczna cukrzyca	Kisiel b/c 300ml	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]	---	Energia: 1866 kcal, Białko 87, Tłuszcze 69g w tym nasycone 22,5, węglowodany 208g w tym cukry 70,9g, błonnik 31g, sól 7,6g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 40g [1/5/7-10], sałatka brokułowa 100g, sałata mix 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Bitka z udka kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g sałata lodowa z olejem rzepakowym 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, sałata roszponka 10g Herbata 250ml	
	budyń na napoju owsianym 180g[1]	sok pomidorowy 200 ml	Sok warzywny 300 ml [8]	

PAPKA	Przetarta z dynią i kurczakiem 553g[1/2/8]	Przetarta z kaszą manną i indykiem 517g [1/2/8]	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem 527g [1/2/8]	Energia: 2030 kcal, Białko 113g, Tłuszcze 81g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11,5g, węglowodany 192g w tym cukry 60,3g, błonnik 21g, sól 4,8g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	budyń 180g [1/6]	budyń 180g [1/6]	Sok warzywny 300 ml [8]	
Chirurgiczna poopercyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1/2/6] 0	Krupnik z kaszą perłową 350 ml [1/8]	---	Energia: 1973 kcal, Białko 105, Tłuszcze 66g w tym nasycone 24, węglowodany 223g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], margaryna rama 10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	pulpet z kurczaka 130g sos własny 80g [1/8] , ziemniaki 200g Warzywa na parze z olejem rzepakowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], miód 1 szt., Pomidor B/S 50g, sałata 10g Herbata 250ml	
			Sok warzywny 300 ml [8]	

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	03.mar.26 - wtorek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], margaryna rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, banan 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350ml [8] Krokiet z kapustą i pieczarkami 2 szt. 300g [1/2] surówka z marchewki z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- Chleb razowy 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], biała rzodkiew 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2220 kcal, Białko 86, Tłuszcze 68g w tym nasycone 28,7 węglowodany 209g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 5,6g
			Mus tubka 100g	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1],margaryna rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, banan 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350ml [8] Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z marchewki z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2171 kcal, Białko 96, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24,6, węglowodany 287g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
			Mus tubka 100g	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1],margaryna rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, banan 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350ml [8] Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z marchewki z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2171 kcal, Białko 96, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24,6, węglowodany 287g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	galaretka 180 ml	jogurt 150g [6]	Mus tubka 100g	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1],margaryna rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, banan 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350ml [8] Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z marchewki z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2171 kcal, Białko 96, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24,6, węglowodany 287g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	galaretka 180 ml	jogurt 150g [6]	Mus tubka 100g	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1],margaryna rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, mus jabłko - banan 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350ml [8] Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g marchewka na parze z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2140 kcal, Białko 93, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24, węglowodany 285g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
			Mus tubka 100g	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g [1], margaryna rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, kiwi 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Zupa grysikowa 350ml [8] Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g surówka z marchewki z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	0 Chleb razowy 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], biała rzodkiew 50g, sałata 10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2109 kcal, Białko 91, Tłuszcze 68g w tym nasycone 28,7 węglowodany 178g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 5,6g
	galaretka b/c 180 ml	jogurt 150g[6]	Mus tubka 100g	
Dgr. Pnb. s. Związkowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, mus jabłko - banan 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350ml [8] Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g marchewka na parze z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2140 kcal, Białko 93, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24, węglowodany 285g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
			Mus tubka 100g	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, mus jabłko - banan 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350ml [8] Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g marchewka na parze z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina miksowana 40g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2140 kcal, Białko 93, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24, węglowodany 285g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
	galaretka 180 ml	jogurt 150g [6]	Mus tubka 100g	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g, mus jabłko - banan 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350ml [8] Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g Marchewka na parze z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10] , tuńczyk 60g, fasolka szparagowa na parze 100g Herbata 250ml	Energia: 2171 kcal, Białko 96, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24,6, węglowodany 287g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	galaretka 180 ml	wafle ryżowe 3 szt.	Mus tubka 100g	
Bezmleczna	Zupa jarska z płatkami jęczmiennymi 350ml [1/8] Pieczyno pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g, banan 1 szt. Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350ml [8] Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g marchewka na parze z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczyno jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], tuńczyk 60g, pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2079 kcal, Białko 91, Tłuszcze 59g w tym nasycone 22,5, węglowodany 278g w tym cukry 70,9g, błonnik 31g, sól 7,6g
			Mus tubka 100g	

Dzieci	---	Zupa grysikowa 350ml [8]	---	Energia: 2171 kcal, Białko 96, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24,6, węglowodany 287g w tym cukry 85g, błonnik 31g, sól 6,8g
	Pieczyczo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g, banan 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g Marchewka na parze z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	
	galaretka 180 ml	jogurt 150g [6]	Mus tubka 100g	
Bezmleczna cukrzyca	Zupa jarska z płatkami jęczmiennymi 350ml [1/8]	Zupa grysikowa 350ml [8]	---	Energia: 2079 kcal, Białko 91, Tłuszcze 59g w tym nasycone 22,5, węglowodany 278g w tym cukry 70,9g, błonnik 31g, sól 7,6g
	Pieczyczo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g, kiwi 1 szt. Herbata 250ml	Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g fasolka szparagowa na parze z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], tuńczyk 60g, pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	
	galaretka b/c 180 ml	wafle ryżowe 3 szt.	Mus tubka 100g	

PAPKA	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 500ml [1/2/8]	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem 500ml [1/2/8]	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem 500ml [1/2/8]	Energia: 1973kcal, Białko 96, Tłuszcze 83g w tym nasycone 15,1, węglowodany 192g w tym cukry 75g, błonnik 26g, sól 5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt naturalny 100g [6]	galaretka 180 ml	mus tubka 100g	
Chirurgiczna poopercyjna	Pieczyczo pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10] , pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, mus jabłko-banan 100g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350ml [8]	---	Energia: 2140 kcal, Białko 93, Tłuszcze 64g w tym nasycone 24, węglowodany 285g w tym cukry 85g, błonnik 29g, sól 7,1g
		Pulpet z szynki 2 szt w sosie koperkowym 140g/80g [1/2/8] , ziemniaki 200g marchewka na parze z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6] , pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	
			Mus tubka 100g	

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	02.mar.26 - poniedziałek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [6] pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], marmolada z jabłek 50g , pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2137kcal, białko: 95g, tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 272g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g
			Jogurt 200g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], marmolada z jabłek 50g , pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2139kcal, białko: 96g, tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 272g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g
			Jogurt 200g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], marmolada z jabłek 50g , pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2139kcal, białko: 96g, tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 272g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g
	kefir 200 ml [6]	Budyń 200g [1/6]	Jogurt 200g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8] Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], marmolada z jabłek 50g, pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2139kcal, białko: 96g, tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 272g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g
	kefir 200 ml [6]	Budyń 200g [1/6]	Jogurt 200g [6]	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Zupa pietruszkowo-selerowa 350ml [1/8] Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], marmolada z jabłek 50g , pomidor b/s 50g, rukola 10g Herbata 250ml	Energia: 2171 kcal, białko: 96g, tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 280g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,2g
			Jogurt 200g [6]	

Cukrzyca	pieczywo razowe 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2025kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 28,5g, węglowodany 222g w tym cukry 57g, błonnik 30g, sól 6,3g
	Bez Cukru	Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron razowy 200g [1/2] surówka z buraka 130g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], ser żółty 25g, pomidor 50g, rukola 10g	
	kefir 200 ml [6]	Budyń 200g [1/6]	Jogurt 200g [6]	
Dgr. Pnb. s. Złagodkowy	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [6]	Zupa pietruszkowo-selerowa 350ml [1/8]	---	Energia: 2171 kcal, białko: 96g, tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 280g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,2g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], marmolada z jabłek 50g , pomidor b/s 50g, rukola 10g	
			Jogurt 200g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [6]	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2171 kcal, białko: 96g, tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 280g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,2g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana mielona 80g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Kakao 200ml	Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], marmolada z jabłek 50g , pomidor b/s 50g, rukola 10g	
	kefir 200 ml [6]	Budyń 200g [1/6]	Jogurt 200g [6]	
Neutropeniczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [6]	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2139kcal, białko: 96g, tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 272g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], jabłko z pieca 1 szt.	Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], marmolada z jabłek 50g , pasta z pieczonego pomidora z warzywami 70g [8]	
	Kakao 200ml	Kompot 250ml		
	mus tubka 100g	Budyń 200g [1/6]	jogurt vege 125g	
Bezmielczna	Kisiel b/c 300 ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 1957kcal, białko: 82g, tłuszcze 61g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,5g, węglowodany 251g w tym cukry 44g, błonnik 36g, sól 7,7g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], ogórek zielony 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 1 szt.	Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], marmolada z jabłek 50g, pomidor 50g, rukola 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml		
			jogurt vege 125g	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2139kcal, białko: 96g, tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 272g w tym cukry 80g, błonnik 36g, sól 6,5g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], marmolada z jabłek 50g , pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	
	kefir 200 ml [6]	Budyń 200g [1/6]	Jogurt 200g [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel b/c 300 ml	Zupa z zielonej fasolki 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 1957kcal, białko: 82g, tłuszcze 61g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,5g, węglowodany 251g w tym cukry 44g, błonnik 36g, sól 7,7g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], ogórek zielony 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Gulasz z kurczaka 180g [1/8],makaron pszenny 200g [1/2] surówka z buraka 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy wieprzowy 70g [1/2/8], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, rukola 10g Herbata 250ml	
	wafle ryżowe 3 szt.	Budyń na napoju owsianym 200g	jogurt vege 125g	
PAPKA	Przetarta z cukinią i schabem z kaszą kukurydzianą 500ml [1/2/8] Kakao 200ml	Przetarta z indykiem, ryżem 500ml [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta z kurczakiem i buraczkami 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Energia: 1977kcal, białko: 127g, tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,2, węglowodany 178g w tym cukry 23g, błonnik 19g, sól 7,1g
	Jogurt naturalny 100g[6]	Budyń 200g [1/6]	Jogurt 200g [6]	
Chirurgiczna poopercyjna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [6] Jogurt 100g [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], margaryna rama 10g[6] wędlina- szynka zawędzana 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	Zupa pietruszkowo-selerowa 350ml [1/8] Gulasz z kurczaka 180g [1/8], ziemniaki 200g surówka z buraka 130g Kompot 250ml	---	Energia: 2171 kcal, białko: 96g, tłuszcze 67g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 280g w tym cukry 67g, błonnik 32g, sól 6,2g
			Jogurt 200g [6]	

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