

Dieta		NOWE MIASTO LUBAWSKIE		
18.mar.26 - środa				
ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )		OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa żurek z jajkiem 350ml [1/2/8]	---	Energia: 2235kcal, Białko 111 Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 173g w tym cukry 88g, błonnik 40g, sól 4,9g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 120g	Kotlet mielony 120g [1/2], ziemniaki 200g Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10],ogórek kiszony 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
		<b>Mus tubka 100g</b>		
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2302 kcal, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 26,8, węglowodany 285g 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 120g	Pulpet wieprzowy 110g [1/2], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
		<b>Mus tubka 100g</b>		
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2302 kcal, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 26,8, węglowodany 285g 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 120g	Pulpet wieprzowy 110g [1/2], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
<b>kefir 200ml [6]</b>		<b>Budyń 200g [1/6]</b>		<b>Mus tubka 100g</b>
Dieta Bogatobiałkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2302 kcal, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 26,8, węglowodany 285g 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 120g	Pulpet wieprzowy 110g [1/2], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
<b>kefir 200ml [6]</b>		<b>Budyń 200g [1/6]</b>		<b>Mus tubka 100g</b>
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	---	Zupa grysikowa 350g [1/8]	0	Energia: 2210 kcal, Białko 102 Tłuszcze 74g w tym nasycone 21, węglowodany 262g 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 [1/2], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
		<b>Mus tubka 100g</b>		

Dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych	Pieczywo razowe 100g [1], masło 10g [6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, jabłko 120g Herbata 250ml	Zupa żurek z jajkiem 350ml [1/2/8] Pulpet wieprzowy 110g [1/2], 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 120g [1/5/7-10], ogórek kiszony 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2162kcal, 104Białko 78Tłuszcze w tym nasycone 25, węglowodany 151g w tym cukry 88g, błonnik 40g, sól 4,9g
	<b>kefir 200 ml [6]</b>	<b>budyń b/c 200g[1/6]</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	
Dieta z ograniczeniem Pob. s. Złazdkowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [1/2], 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 120g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2210 kcal, Białko 102 Tłuszcze 74g w tym nasycone 21, węglowodany 262g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
			<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] serek wiejski 150g [6], pomidor b/s 50g, rukola 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [1/2], 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 120g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2302 kcal, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 26,8, węglowodany 285g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	<b>kefir 200 ml [6]</b>	<b>Budyń 200g [1/6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta 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 [1/2], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Brokuł gotowany z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], kalafior gotowany 100g Herbata 250ml	Energia: 2302 kcal, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 26,8, węglowodany 285g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	<b>Mus tubka 100g</b>	<b>Budyń 200g [1/6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Bezmleczna	Zupa jarska 350ml pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g, banan 120g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [1/2], ziemniaki 200g, sos pomidorowy do mięs 80g [1/8] Sałata lodowa z oliwą z oliwek i ziołami 100g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] pasztet domowy drobiowy 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	Energia: 2150kcal, Białko 85, Tłuszcze 71g w tym nasycone 25, węglowodany 276g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g
			<b>Mus tubka 100g</b>	

Dieta Dzieci	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1,6] pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 120g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [1/2], 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 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2302 kcal, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 26,8, węglowodany 285g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	<b>kefir 200ml [6]</b>	<b>Budyń 200g [1/6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Bezmleczna z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Zupa jarska 350ml pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 110g [1/2], 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 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Energia: 2150kcal, Białko 85, Tłuszcze 71g w tym nasycone 25, węglowodany 276g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g
	<b>jogurt vege 125g</b>	<b>mus tubka 100g</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	

Dieta Papkowa	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: 2302 kcal, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 26,8, węglowodany 285g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	<b>Budyń 200g [1/6]</b>	
Dieta Chirurgiczna poporacyjna	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 [1/2], 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: 2302 kcal, Białko 104, Tłuszcze 74g w tym nasycone 26,8, węglowodany 285g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
			<b>Mus tubka 100g</b>	

**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.mar.26 - wtorek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 50g, sałata 10g, kiwi 120g  kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa grochowa 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], serek lactima1 szt. [6], rzodkiewka 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2301kcal, Białko 117g, Tłuszcze 76g w tym nasycone 31,6, węglowodany 199g w tym cukry 56g, błonnik 43g, sól 6,7g
	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>			
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 50g, sałata 10g, kiwi 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]  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], serek lactima 1 szt.[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2340 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 294g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>			
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 50g, sałata 10g, kiwi 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]  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], serek lactima 1 szt.[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2340 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 294g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	<b>jogurt naturalny 100g [6]</b>		<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Bogatobiałkowa (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 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]  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], serek lactima 1 szt.[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2340 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 294g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	<b>jogurt naturalny 100g [6]</b>		<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z białek jaj i koperkiem 100g [2], pomidor b/s 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8]  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], serek deliser 1 szt 17g[6], Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2205kcal, Białko 100g, Tłuszcze 63g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 289g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>			

Dieta z ogr. Łatwoprzyswajalnych	Pieczyno razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 50g, sałata 10g, kiwi 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] Buraczki gotowane z olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopočka 40g [1/5/7-10], serek lactima1 szt. [6], rzodkiewka 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2113kcal, Białko 91g, Tłuszcze 73g w tym nasycone 31,6, węglowodany 186g w tym cukry 56g, błonnik 43g, sól 6,7g
	<b>jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	
Dieta z ograniczeniem Pob. s. Złazdkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z białek jaj i koperkiem 100g [2], pomidor b/s 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] 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 sopočka 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 17g[6], Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2205kcal, Białko 100g, Tłuszcze 63g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 289g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
			<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] fromage 80g [6], pomidor B/S 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] 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] połudwica sopočka - siekana 50g [1/5/7-10], serek lactima 1 szt.[6], Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2340 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 294g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	<b>jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	
Dieta Neutropeniczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z jajek i koperkiem 100g [2], pasta z warzyw i oliwek 70g [8], jabłko z pieca 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] 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 sopočka 40g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8] Herbata 250ml	Energia: 2340 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 294g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	<b>Mus owocowy 100g</b>	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	
Dieta Bezmleczna	Kisiel 300ml Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z jajek i koperkiem 100g [2], pomidor b/s 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] 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 sopočka 40g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8], Pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2149 kcal, Białko 102g, Tłuszcze 60g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 233g w tym cukry 62g, błonnik 37g, sól 6,3g
			<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	

Dieta Dzieci	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6] serek fromage 80g [6], pomidor 50g, sałata 10g, kiwi 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] 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], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8] Herbata 250ml	Energia: 2340 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 294g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	<b>jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	
Dieta Bezmleczna z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Kisiel 300ml Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] Pasta z jajek i koperkiem 100g [2], pomidor 50g, sałata 10g, jabłko z pieca 120g Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] 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], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8], pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2149 kcal, Białko 102g, Tłuszcze 60g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 233g w tym cukry 62g, błonnik 37g, sól 6,3g
	<b>jogurt vege 125g</b>	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	

Dieta Pąpkowata	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Przetarta z buraczkiem 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: 2340 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 294g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	
Dieta Chirurgiczna pooperacyjna	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 120g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana 350 ml [1/8] 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] połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], tuńczyk z warzywami 70g [1/3/8] Herbata 250ml	Energia: 2340 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 294g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
			<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	

**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.mar.26 - poniedziałek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], ogórek kiszony 50g, rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [8]  sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2]  Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---  pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko 120g, pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 2029kcal, Białko 105g, Tłuszcze 62g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 233g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	<b>kefir 200 ml [6]</b>			
Dieta Łatwostrawna	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]  sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2]  Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko 120g, pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 1955kcal, białko: 101g, tłuszcze 59g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 240g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	<b>kefir 200 ml [6]</b>			
Dieta Bogatobiałkowa	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]  sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko 120g, pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 1955kcal, białko: 101g, tłuszcze 59g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 240g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	<b>Jogurt naturalny 200g[6]</b>	<b>Budyń 200g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	
Dieta Bogatobiałkowa (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]  sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko 120g, pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 1955kcal, białko: 101g, tłuszcze 59g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 240g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	<b>Jogurt naturalny 200g[6]</b>	<b>Budyń 200g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	
Dieta Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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]  sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] 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 120g, pomidor b/s 50g Herbata 250ml	Energia: 1966 kcal, białko: 98g, tłuszcze 62g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 239g w tym cukry 61g, błonnik 31g, sól 4,9g
	<b>kefir 200 ml [6]</b>			

Dieta z ogr. Łatwo przyswajalnych	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], ogórek kiszony 50g, rukola 10g Kakao 200ml	Brokułowa 350ml [8] sos boloński 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko 120g, pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 2005kcal, Białko 99g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 239g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	<b>Jogurt naturalny 200g[6]</b>	<b>budyń b/c 200g[6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	
Dieta z ograniczeniem 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] sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie bez groszku 220g [2/3/8], Jabłko z pieca 120g, pomidor b/s 50g Herbata 250ml	Energia: 1966 kcal, białko: 98g, tłuszcze 62g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 239g w tym cukry 61g, błonnik 31g, sól 4,9g
			<b>kefir 200 ml [6]</b>	
Dieta Rozdrobniona	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] sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pulpet rybny w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko z pieca 120g, pomidor b/s 50g Herbata 250ml	Energia: 1955kcal, białko: 101g, tłuszcze 59g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 240g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	<b>Jogurt naturalny 200g[6]</b>	<b>Budyń 200g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	
Dieta 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] sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] 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 120g, dżem owocowy 25g Herbata 250ml	Energia: 1955kcal, białko: 101g, tłuszcze 59g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 240g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	<b>Mus tubka 100g</b>	<b>Budyń 200g[6]</b>	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	
Dieta 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] sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2] 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 120g, pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 1846kcal, białko: 89g, tłuszcze 59g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 223g w tym cukry 56g, błonnik 36g, sól 5,3g
			<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	

Dieta Dzieci	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 1955kcal, białko: 101g, tłuszcze 59g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 240g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g	sos boloński 180g [1/8], makaron pszenny 200g [1/2]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	
	Kakao 200ml	Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt naturalny 200g[6]</b>	<b>Budyń 200g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	
Dieta Bezmleczna z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Zupa jarska 350ml	Brokułowa 350ml [8]	---	Energia: 1846kcal, białko: 89g, tłuszcze 59g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 223g w tym cukry 56g, błonnik 36g, sól 5,3g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g, mus tubka 100g	sos boloński 180g [1/8], makaron razowy 200g [1/2] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Morszczuk w galarecie 220g [2/3/8], Jabłko z pieca 120g, pomidor 50g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt vege 125g</b>	<b>galaretka 180g</b>	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	

Dieta Pąpkowata	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokułami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 1955kcal, białko: 101g, tłuszcze 59g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 240g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>Galaretka czysta 180g</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	
Dieta Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 1955kcal, białko: 101g, tłuszcze 59g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,5g, węglowodany 240g w tym cukry 61g, błonnik 33g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, rukola 10g	sos boloński 180g [1/8], ziemniaki 200g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g	
	Herbata 250ml	Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g [1/8] Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>kefir 200 ml [6]</b>	

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

Dieta	15.mar.26 - niedziela		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6]</p> <p>serek fromage 80g[6], ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 120g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6]</p> <p>wędlina [1/5/7-10] 40g serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 1961 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 204g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p>
	<b>skyr 140g[6]</b>			
Dieta Łatwostrawna	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>serek fromage 80g[6], pomidor 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 120g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]</p> <p>wędlina [1/5/7-10] 40g , serek lactima 1szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 1963 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p>
	<b>skyr 140g[6]</b>			
Dieta Bogatobiałkowa	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>serek fromage 80g[6], pomidor 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 120g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]</p> <p>wędlina [1/5/7-10] 40g , serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 1963 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p>
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>galaretka 250 ml</b>	<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Bogatobiałkowa (Ginekologia)	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>serek fromage 80g[6], pomidor 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 120g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p>	<p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]</p> <p>wędlina [1/5/7-10] 40g, serek lactima 1 szt[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>	<p>Energia: 1963 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p>
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>galaretka 250 ml</b>	<b>skyr 140g[6]</b>	
atwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]</p> <p>wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g</p>	<p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g</p> <p>Sałata z jogurtem 100g [6]</p>	<p>Jogurt naturalny 200g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]</p> <p>połędwica sopocka 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g</p>	<p>Energia: 1804 kcal, Białko 83Tłuszcze 64g w tym nasycone 24, węglowodany 209g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g</p>

Dieta Ł	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta z ogr. katwoprzyswajalnych węglowodanów	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 1915kcal, Białko 86 Tłuszcze 73g w tym nasycone 23,5, węglowodany 204g w tym cukry 45g, błonnik 33g, sól 6,2g
	Pieczyczo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 120g	Udka z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6]	Pieczyczo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina [1/5/7-10] 40g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g	
	Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>galaretka b/c 250 ml</b>	<b>skyr naturalny 140g [6]</b>	
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Zolądkowy	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 1804 kcal, Białko 83Tłuszcze 64g w tym nasycone 24, węglowodany 209g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g
	Jogurt 100g [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g	Udka z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopočka 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Rozdrobniona	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 1963 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g
	Jogurt 100g [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g	Pulpet z piersi kurczaka 120g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 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	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>galaretka 250 ml</b>	<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Neutropeniczna	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 1963 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g
	Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], mus tubka 100g, pasta z pomidora 100g	Udka z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (seler, marchewka )120g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopočka 40g [1/5/7-10], fasolka gotowana 100g, dżem owocowy 1 szt.	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	<b>galaretka 250 ml</b>	<b>jogurt vege 125g</b>	
Dieta Bezmleczna	Zupa jarska 350ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 1820 kcal, Białko 74, Tłuszcze 69g w tym nasycone 25, węglowodany 210g w tym cukry 47g, błonnik 31g, sól 6,9g
	---	Udka z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopočka 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., Pomidor 50g, sałata 10g	
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10] pomidor 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Herbata 250ml			

			<b>jogurt vege 125g</b>	
Dieta Dzieci	Jogurt 100g [6] --- Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] serek fromage 80g[6], pomidor 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 120g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (seler, marchewka )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: 1963 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>galaretka 250 ml</b>	<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Bezmleczna z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Zupa jarska 350ml --- pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopočka 40g [1/5/7-10], fasolka gotowana 100g , pomidor 50g, sałata10g  Herbata 250ml	Energia: 1820 kcal, Białko 74, Tłuszcze 69g w tym nasycone 25, węglowodany 210g w tym cukry 47g, błonnik 31g, sól 6,9g
	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	<b>galaretka b/c 250 ml</b>	<b>jogurt vege 125g</b>	

Dieta Papkowata	Przetarta 500ml [1/2/8]  Herbata 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek  Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8]  Herbata 250ml	Energia: 1963 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>Galaretka do picia 250ml</b>	<b>skyr 140g[6]</b>	
Dieta Chirurgiczna pooperacyjna	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6] Wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Pulpet z piersi kurczaka 120g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (seler, marchewka )120g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopočka 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g  Herbata 250ml	Energia: 1963 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g
			<b>skyr 140g[6]</b>	

**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.mar.26 - sobota		NOWE MIASTO LUBAWSKIE		
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	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, banan 120g  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Potrawka ze schabu duszona w sosie curry 180g [1/8], kasza jaglana 200g Surówka z selera z marchewką i nasionami lnu 130g [6]  Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g , pomidor 50g, mix sałat 10g  Herbata 250ml	Energia: 2178, Białko 98, Tłuszcze 68g w tym nasycone 30, węglowodany 191g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g	
	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>				
Dieta Łatwostrawna	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, banan 120g  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Potrawka ze schabu duszona w sosie curry 180g [1/8], kasza jaglana 200g Surówka z selera z marchewką i nasionami lnu 130g [6]  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g , pomidor 50g, mix sałat 10g  Herbata 250ml	Energia: 2176, Białko 99, Tłuszcze 68g w tym nasycone 30, węglowodany 279g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g	
	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>				
Dieta Bogatobiałkowa	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, banan 120g  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Potrawka ze schabu duszona w sosie curry 180g [1/8], kasza jaglana 200g Surówka z selera z marchewką i nasionami lnu 130g [6]  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g , pomidor 50g, mix sałat 10g  Herbata 250ml	Energia: 2176, Białko 99, Tłuszcze 68g w tym nasycone 30, węglowodany 279g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g	
	<b>jogurt 100 g [6]</b>		<b>serek waniliowy 100g [6]</b>		<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>
Dieta Bogatobiałkowa (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, banan 120g  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Potrawka ze schabu duszona w sosie curry 180g [1/8], kasza jaglana 200g Surówka z selera z marchewką i nasionami lnu 130g [6]  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g , pomidor 50g, mix sałat 10g  Herbata 250ml	Energia: 2176, Białko 99, Tłuszcze 68g w tym nasycone 30, węglowodany 279g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g	
	<b>jogurt 100g [6]</b>		<b>serek waniliowy 100g [6]</b>		<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>
Dieta o ograniczeniu tłuszczu	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata roszponka 10g, mus tubka 100g	Zupa dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]  Potrawka ze schabu duszona w sosie własnym 180g [1/8], kasza jaglana 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	Jogurt naturalny 200g [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g, pomidor B/S 50g, mix sałat 10g	Energia: 2051, Białko 94, Tłuszcze 63g w tym nasycone 21, węglowodany 257g w tym cukry 80g, błonnik 27g, sól 6,7g	

Dieta Ł	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta z ogr. katwoprzyzwajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata roszponka 10g, jabłko 120g	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Potrawka ze schabu duszona w sosie curry 180g [1/8], kasza jaglana 200g Surówka z selera z marchewką i nasionami lnu 130g [6]	---  Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 50g, mix sałat 10g	Energia: 2064, Białko 96, Tłuszcze 71g w tym nasycone 30, węglowodany 156g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>jogurt 100g [6]</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Zołądkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata roszponka 10g, mus tubka 100g	Zupa dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]  Potrawka ze schabu duszona w sosie własnym 180g [1/8], kasza jaglana 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g, pomidor B/S 50g, mix sałat 10g	Energia: 2051, Białko 94, Tłuszcze 63g w tym nasycone 21, węglowodany 257g w tym cukry 80g, błonnik 27g, sól 6,7g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska mielona 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata roszponka 10g, mus tubka 100g	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Potrawka ze schabu duszona w sosie curry 180g [1/8], kasza jaglana 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska mielona 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g, pomidor B/S 50g, mix sałat 10g	Energia: 2176, Białko 99, Tłuszcze 68g w tym nasycone 30, węglowodany 279g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt 100 [6]</b>	<b>Sok pomidorowy 200 ml</b>	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Neutropeniczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pasta z warzyw 100g [8], jabłko z pieca 120g	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]  Potrawka ze schabu duszona w sosie curry 180g [1/8], kasza jaglana 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g, kalafior gotowany 100g	Energia: 2176, Białko 99, Tłuszcze 68g w tym nasycone 30, węglowodany 279g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>mus tubka 100g</b>	<b>Sok pomidorowy 200 ml</b>	<b>mus tubka 100g</b>	
Dieta Bezmleczna	Kisiel 300ml  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, banan 120g	Zupa dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]  Potrawka ze schabu duszona w sosie curry 180g [1/8], kasza jaglana 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g, Pomidor 50g, sałata 10g	Energia: 2041, Białko 86, Tłuszcze 65g w tym nasycone 33, węglowodany 260g w tym cukry 67g, błonnik 26g, sól 4,9g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	

			<b>mus tubka 100g</b>	
<b>Dieta Dzieci</b>	Jogurt 100/150g [6]	Zupa jarzynowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2176, Białko 99, Tłuszcze 68g w tym nasycone 30, węglowodany 279g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, banan 120g	Potrąwka ze schabu duszona w sosie curry 180g [1/8], kasza jaglana 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g , pomidor 50g, mix sałat 10g	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt 100 g [6]</b>	<b>serek waniliowy 100g [6]</b>	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
<b>Dieta Bezmleczna z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów</b>	Kisiel 300ml	Zupa dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2041, Białko 86, Tłuszcze 65g w tym nasycone 33, węglowodany 260g w tym cukry 67g, błonnik 26g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, jabłko z pieca 120g	Potrąwka ze schabu duszona w sosie curry 180g [1/8], kasza jaglana 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., Pomidor 50g, sałata 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt vege 125g</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	

<b>Dieta Papkowata</b>	Przetarta z kalafiorem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Przetarta z kaszą manną, rybą, pestkami dyni 502g[1/2/3/8]+Kasza manna na mleku z musem owocowym 180g[1/2]	Przetarta z dynią i kurczakiem 493[1/2/8]	Energia: 2176, Białko 99, Tłuszcze 68g w tym nasycone 30, węglowodany 279g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>sok pomidorowy 200 ml</b>	<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	
<b>Dieta Chirurgiczna pooperacyjna</b>	#ADR!	Zupa dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2176, Białko 99, Tłuszcze 68g w tym nasycone 30, węglowodany 279g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] Wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt, pomidor b/s 70g + sałata 10g	Pulpet 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g, pomidor B/S 50g, mix sałat 10g	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>jogurt naturalny 200g [6]</b>	

**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.mar.26 - piątek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]  Pieczywo razowe+ kajzerka 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 120g, papryka czerwona 50g, sałata mix 10g  Kakao 200ml [6]	Zupa z soczewicy 350 ml [1/8]  Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g  Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszonek 10g  Herbata 250ml	Energia: 2212, Białko 100, Tłuszcze 71g w tym nasycone 28, węglowodany 264g w tym cukry 100g, błonnik 37g, sól 5,6g
			<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 120g, pomidor 50g, sałata mix 10g  Kakao 200ml [6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszonek 10g  Herbata 250ml	Energia: 2160, Białko 95, Tłuszcze 73g w tym nasycone 29 węglowodany 267g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
			<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 120g, pomidor 50g, sałata mix 10g  Kakao 200ml [6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszonek 10g  Herbata 250ml	Energia: 2160, Białko 95, Tłuszcze 73g w tym nasycone 29 węglowodany 267g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	<b>jogurt owocowy 100g [6]</b>	<b>Kefir 200 ml [6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Bogatobiałkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 120g, pomidor 50g, sałata mix 10g  Kakao 200ml [6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszonek 10g  Herbata 250ml	Energia: 2160, Białko 95, Tłuszcze 73g w tym nasycone 29 węglowodany 267g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	<b>jogurt owocowy 100g [6]</b>	<b>Kefir 200 ml [6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
atwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	---  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko z pieca 120g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]	Jogurt naturalny 200g [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z białek jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 50g, roszonek 10g	Energia: 2077, Białko 97, Tłuszcze 65g w tym nasycone 27, węglowodany 261g w tym cukry 93g, błonnik 34g, sól 6,2g

Dieta Ł	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta z ogr. katwoprzyswajalnych węglowodanów	Pieczywo graham 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 120g, papryka czerwona 50g, sałata mix 10g	Zupa z soczewicy 350 ml [1/8]  Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g	---	Energia: 2141, Białko 88, Tłuszcze 77g w tym nasycone 28, węglowodany 246g w tym cukry 100g, błonnik 37g, sól 5,6g
	Kakao 200ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>jogurt naturalny 100 [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Zołądkowy	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko z pieca 120g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]	---	Energia: 2077, Białko 97, Tłuszcze 65g w tym nasycone 27, węglowodany 261g w tym cukry 93g, błonnik 34g, sól 6,2g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko z pieca 120g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]	---	Energia: 2160, Białko 95, Tłuszcze 73g w tym nasycone 29 węglowodany 267g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Kakao 200ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt 100 g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta 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] , jabłko z pieca 120g	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g	---	Energia: 2160, Białko 95, Tłuszcze 73g w tym nasycone 29 węglowodany 267g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Kakao 200ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	<b>Kisiel do picia 250 ml [1]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Bezbiałeczna	Zupa jarska 350ml  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, jabłko z pieca 120g , sałata 10g	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g	---	Energia: 2165, Białko 87, Tłuszcze 81g w tym nasycon 18,75, węglowodany 253g w tym cukry 88g, błonnik 41g, sól 6,5g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	

			<b>Mus tubka 100g</b>	
<b>Dieta Dzieci</b>	Jogurt 100/150g [6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2160, Białko 95, Tłuszcze 73g w tym nasycone 29 węglowodany 267g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 120g, pomidor 50g, sałata mix 10g  Kakao 200ml [6]	Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g  Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszponka 10g  Herbata 250ml	
	<b>jogurt owocowy 100g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
<b>Dieta Bezmleczna z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów</b>	Zupa jarska 350ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2165, Białko 87, Tłuszcze 81g w tym nasycon 18,75, węglowodany 253g w tym cukry 88g, błonnik 41g, sól 6,5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, jabłko z pieca 120g, sałata 10g  Herbata 250ml	Ryba na parze 120g[1/2/3/8] , sos szpinakowy 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g  Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1 szt. [2], pasztet 70g [1/2/8], pomidor 50g, roszponka 10g  Herbata 250ml	
	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	<b>Kisiel do picia 250 ml [1]</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	

<b>Dieta Papkowata</b>	Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g+MUS JABŁKOWY z cukrem 220g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem [1/2/8] 502g	Energia: 2160, Białko 95, Tłuszcze 73g w tym nasycone 29 węglowodany 267g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Kakao 200ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>Kisiel do picia 250 ml [1]</b>	<b>Kefir 200 ml [6]</b>	
<b>Dieta Chirurgiczna pooperacyjna</b>	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6] twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko z pieca 120g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g  Kakao 200ml [6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]  Kompot 250ml	---	Energia: 2160, Białko 95, Tłuszcze 73g w tym nasycone 29 węglowodany 267g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g
			pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, roszponka 10g  Herbata 250ml	
			<b>Mus tubka 100g</b>	

**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.mar.26 - czwartek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], mandarynka 120g , pomidor 50g, sałata 10g  Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8]  Pierogi leniwe 300g [1/2/6]+ frużelina 60g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  Kompot 250ml	---  Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], rzodkiew 50g, roszonek 10g  Herbata 250ml	Energia: 2202 kcal, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 24,3, węglowodany 264g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
			kefir 200 ml [6]	
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], mandarynka 120g , pomidor 50g, sałata 10g  Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8]  Pierogi leniwe 300g [1/2/6]+ frużelina 60g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g  Herbata 250ml	Energia: 2201 kcal, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 24,3, węglowodany 277g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
			kefir 200 ml [6]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], mandarynka 120g , pomidor 50g, sałata 10g  Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8]  Pierogi leniwe 300g [1/2/6]+ frużelina 60g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g  Herbata 250ml	Energia: 2201 kcal, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 24,3, węglowodany 277g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
	Jogurt owocowy 100g [6]	budyń 150g [1/6]	kefir 200 ml [6]	
Dieta Bogatobiałkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], mandarynka 120g , pomidor 50g, sałata 10g  Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8]  Pierogi leniwe 300g [1/2/6]+ frużelina 60g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g  Herbata 250ml	Energia: 2201 kcal, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 24,3, węglowodany 277g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
	Jogurt owocowy 100g [6]	budyń 150g [1/6]	kefir 200 ml [6]	
atwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], jabłko z pieca 120g , pomidor b/s 50g, sałata 10g	Zupa krupnik 350 ml [1/8]  Pierogi leniwe 300g [1/2/6]+ frużelina 60g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1]	Jogurt naturalny 200g [6]  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, roszonek 10g	Energia: 2267, Białko 100, Tłuszcze 70g w tym nasycone 26,8, węglowodany 288g w tym cukry 71g, błonnik 40g, sól 7,9g

Dieta Ł	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Dieta z ogr. katwoprzywajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g [6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], mandarynka 120g, pomidor 50g, sałata 10g  Kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa krupnik 350 ml [1/8]  Pierogi leniwe 300g [1/2/6]+ jogurt naturalny 100g [6] Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	kefir 200 ml [6]  ---  Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło 10g [6] pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], rzodkiew 50g, roszponka 10g  Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2093 kcal, Białko 92, Tłuszcze 68g w tym nasycone 24,3, węglowodany 246g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Zołądkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g [6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], jabłko z pieca 120g, pomidor b/s 50g, sałata 10g  Herbata 250ml	Zupa krupnik 350 ml [1/8]  Pierogi leniwe 300g [1/2/6]+ frużelina 60g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1]  Kompot 250ml	---  Kanaпка 1 szt.	Energia: 2267, Białko 100, Tłuszcze 70g w tym nasycone 26,8, węglowodany 288g w tym cukry 71g, błonnik 40g, sól 7,9g
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g [6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], jabłko z pieca 120g, pomidor b/s 50g, sałata 10g  Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8]  Pierogi leniwe 300g [1/2/6]+ frużelina 60g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1]  Kompot 250ml	kefir 200 ml [6]  ---  pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, roszponka 10g  Herbata 250ml	Energia: 2201 kcal, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 24,3, węglowodany 277g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
Dieta Neutropeniczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g [6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], jabłko pieca 120g  Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa krupnik 350 ml [1/8]  Pierogi leniwe 300g [1/2/6]+ frużelina 60g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1]  Kompot 250ml	kefir 200 ml [6]  ---  pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6] pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g  Herbata 250ml	Energia: 2201 kcal, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 24,3, węglowodany 277g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
Dieta Bezbiałeczna	Kisiel 300ml  Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g [6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], jabłko z pieca 120g, pomidor 50g, sałata 10g  Herbata 250ml	Zupa krupnik 350 ml [1/8]  Pyzy z mięsem 5 szt. 300g z masłem i koprem [1/2/8] Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  Kompot 250ml	---  wafle ryżowe 3 szt.	Energia: 1710, Białko 49, Tłuszcze 65g w tym nasycone 26,8, węglowodany 208g w tym cukry 67g, błonnik 37g, sól 9g

			<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	
Dieta Dzieci	---	Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 2201 kcal, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 24,3, węglowodany 277g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], mandarynka 120g, pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Pierogi leniwe 300g [1/2/6]+ frużelina 60g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1] Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt owocowy 100g [6]</b>	<b>budyń 150g[1/6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	
Dieta Bezmleczna z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Kisiel 300ml	Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 1710, Białko 49, Tłuszcze 65g w tym nasycone 26,8, węglowodany 208g w tym cukry 67g, błonnik 37g, sól 9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z wędliny z warzywami 150g [1/5/7-10], jabłko z pieca 120g, pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Pyzy z mięsem 5 szt. 300g z masłem i koprem [1/2/8] Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1] Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>jogurt vege 125g</b>	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	

Dieta Papkowata	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem i siemieniem [1/2/8] 488g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] 502g	Energia: 2201 kcal, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 24,3, węglowodany 277g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt 100g [6]</b>	<b>Budyń 150 g [1]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	
Dieta Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6] ---	Zupa krupnik 350 ml [1/8]	---	Energia: 2201 kcal, Białko 99, Tłuszcze 70g w tym nasycone 24,3, węglowodany 277g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka gotowana 50g [1/5/7-10], jabłko z pieca 120g, pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Pulpet 110g w sosie koperkowym 80g [1/8] , ziemniaki 200g Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
			<b>kefir 200 ml [6]</b>	

**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	11.mar.26 - środa			NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 120g  Herbata 250ml	Zupa dyniowa 350g [1/8]  Śledź w jogurcie z cebulą i jabłkiem 180g [3/6], ziemniaki 200g Szpinak duszony 130g  Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] szynka 50g[1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g  Herbata 250ml	Energia: 1985kcal, Białko 77 Tłuszcze 64 g w tym nasycone 25, węglowodany 174g w tym cukry 88g, błonnik 40g, sól 4,9g	
	<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>				
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 120g  Herbata 250ml	Zupa dyniowa 350g [1/8]  Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 50g[1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g  Herbata 250ml	Energia: 2144 kcal, Białko 85, Tłuszcze 62g w tym nasycone 26,8, węglowodany 298g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g	
	<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>				
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g , rukola 10g, banan 120g  Herbata 250ml	Zupa dyniowa 350g [1/8]  Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 50g[1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g  Herbata 250ml	Energia: 2144 kcal, Białko 85, Tłuszcze 62g w tym nasycone 26,8, węglowodany 298g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g	
	<b>jogurt 100g [6]</b>	<b>kisiel 250 ml</b>	<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>		
Dieta Bogatobiałkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 120g  Herbata 250ml	Zupa dyniowa 350g [1/8]  Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g  Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 50g[1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g  Herbata 250ml	Energia: 2144 kcal, Białko 85, Tłuszcze 62g w tym nasycone 26,8, węglowodany 298g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g	
	<b>jogurt 100g[6]</b>	<b>kisiel 250 ml</b>	<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>		
atwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	---  pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 50g, rukola 10g, banan 120g	Zupa dyniowa 350g [1/8]  Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	Jogurt naturalny 200g [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 50g[1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g	Energia: 2164 kcal, Białko 86, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 300g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g	

<b>Dieta Ł</b>	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>	
<b>Dieta z ogr. katwoprzyzwajalnych węglowodanów</b>	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, jabłko 120g	Zupa dyniowa 350g [1/8]  Śledź w jogurcie z cebulą i jabłkiem 180g [3/6], ziemniaki 200g Szpinak duszony 130g	---	Energia: 1944kcal, Białko 77, Tłuszcze 74g w tym nasycone 25, węglowodany 140g w tym cukry 58g, błonnik 41g, sól 5,2g
	Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>kisiel b/c 250 ml</b>	<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>	
<b>Dieta z ograniczeniem Pnb. s. Zolądkowy</b>	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 50g, rukola 10g, banan 120g	Zupa dyniowa 350g [1/8]  Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	---	Energia: 2164 kcal, Białko 86, Tłuszcze 62g w tym nasycone 21, węglowodany 300g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>	
<b>Dieta Rozdrobniona</b>	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 50g, rukola 10g, banan 120g	Zupa dyniowa 350g [1/8]  Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	---	Energia: 2144 kcal, Białko 85, Tłuszcze 62g w tym nasycone 26,8, węglowodany 298g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt 100g[6]</b>	<b>kisiel 250 ml</b>	<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>	
<b>Dieta Neutropeniczna</b>	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], mus owocowy 100g, pasta z pomidora 100g	Zupa dyniowa 350g [1/8]  Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	---	Energia: 2144 kcal, Białko 85, Tłuszcze 62g w tym nasycone 26,8, węglowodany 298g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt vege 125g</b>	<b>kisiel 250 ml</b>	<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>	
<b>Dieta Bezmleczna</b>	Zupa jarska 350ml  pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g, banan 120g	Zupa dyniowa 350g [1/8]  Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g	---	Energia: 2080kcal, Białko 79, Tłuszcze 59g w tym nasycone 25, węglowodany 295g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	

			<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>	
Dieta Dzieci	---	Zupa dyniowa 350g [1/8]	---	Energia: 2144 kcal, Białko 85, Tłuszcze 62g w tym nasycone 26,8, węglowodany 298g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 120g Herbata 250ml	Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 50g[1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor 50g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	<b>jogurt 100g[6]</b>	<b>kisiel 250 ml</b>	<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>	
Dieta Bezmleczna z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Zupa jarska 350ml	Zupa dyniowa 350g [1/8]	---	Energia: 2080kcal, Białko 79, Tłuszcze 59g 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], pomidor 50g, rukola 10g, banan 120g Herbata 250ml	Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] szynka 50g[1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], pomidor 50g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
	<b>jogurt vege 125g</b>	<b>kisiel b/c 250 ml</b>	<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>	

Dieta Papkowata	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]	Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokułami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 2144 kcal, Białko 85, Tłuszcze 62g w tym nasycone 26,8, węglowodany 298g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>kisiel 250ml</b>	<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>	
Dieta Chirurgiczna pooperacyjna	---	Zupa dyniowa 350g [1/8]	---	Energia: 2144 kcal, Białko 85, Tłuszcze 62g w tym nasycone 26,8, węglowodany 298g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata 10g, mus owocowy 100g Herbata 250ml	Pulpet z ryby 120g[1/2/3/8] sos cytrynowy 80g [1], ziemniaczki 200g Szpinak duszony 130g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka 50g[1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, rozspanka 10g Herbata 250ml	
			<b>sok warzywny 200 ml [8]</b>	

**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	10.mar.26 - wtorek		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Fasolowa na wędzonce 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2476kcal, Białko 114g, Tłuszcze 84g w tym nasycone 31,6, węglowodany 232g 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 120g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] ser żółty 50g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2375 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 297g 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 120g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twaróg 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2375 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 297g 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 120g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twaróg 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Bogatobiałkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2375 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 297g 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 120g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twaróg 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
atwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2411kcal, Białko 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 302g 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 tubka 120g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twaróg 100g [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	

Dieta Ł	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta z ogr. katwoprzyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mandarynka 120g	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]  Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	---  Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] ser żółty 50g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g	Energia: 2068 kcal, Białko 86, Tłuszcze 82g w tym nasycone 30,4 węglowodany 166g w tym cukry 46g, błonnik 40g, sól 5,7g
	kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>mus tubka 100g</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	
Dieta z ograniczeniem Pnb. s. Zolądkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus tubka 120g	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]  Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twaróg 100g [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	Energia: 2411kcal, Białko 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 302g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus tubka 100g	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]  Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] twaróg 100g [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	Energia: 2375 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 297g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Neutropeniczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus tubka 100g	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]  Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], pasta z pomidora 100g	Energia: 2375 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 297g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt vege 125g</b>	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
Dieta Bezbiałeczna	Kisiel 300ml  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus tubka 100g	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]  Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g	Energia: 2138 kcal, Białko 82g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 277g w tym cukry 62g, błonnik 37g, sól 6,3g
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	

			<b>Mus tubka 100g</b>	
<b>Dieta Dzieci</b>	Jogurt 100g [6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2375 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 297g 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 120g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] twaróg 100g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	
<b>Dieta Bezmleczna z ogr. Łatwoprzyswajalnych węglowodanów</b>	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2138 kcal, Białko 82g, Tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 277g 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 tubka 100g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>jogurt vege 125g</b>	<b>Mus tubka 100g</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	

<b>Dieta Papkowata</b>	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słończnikiem[2/8] 502g	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g	Energia: 2375 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 297g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>	<b>kefir 200 ml [6]</b>	<b>mus tubka 100g</b>	
<b>Dieta Chirurgiczna pooperacyjna</b>	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2375 kcal, Białko 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 297g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], mus tubka 100g	Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g buraczki gotowane z olejem rzepakowym 130g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata 10g	
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>Mus tubka 100g</b>	

**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	09.mar.26 - poniedziałek			NOWE MIASTO LUBAWSKIE
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	
Dieta Podstawowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]  pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 120g  Kakao 200 ml [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]  gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Fasolka szparagowa na parze z oliwą z oliwek 130g  Kompot 250ml	---  pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g  Herbata 250ml	Energia: 1990kcal, Białko 90g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 203g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
			Jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Łatwostrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 120g  Kakao 200 ml [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]  gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Fasolka szparagowa na parze z oliwą z oliwek 130g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g  Herbata 250ml	Energia: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
			Jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 120g  Kakao 200 ml [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]  gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Fasolka szparagowa na parze z oliwą z oliwek 130g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g  Herbata 250ml	Energia: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	jogurt 100g [6]	kisiel 250 ml	Jogurt naturalny 200g [6]	
Dieta Bogatobiałkowa (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 i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 120g  Kakao 200 ml [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]  gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Fasolka szparagowa na parze z oliwą z oliwek 130g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g  Herbata 250ml	Energia: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	jogurt 100g [6]	kisiel 250 ml	Jogurt naturalny 200g [6]	
atwstrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 120g	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]  gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8]	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	Energia: 2034kcal, Białko 95g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 222g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g

Dieta Ł	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>Jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta z ogr. katwoprzywajalnych węglowodanów	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 120g  Kakao 200 ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa kalafiorowa 350ml [8]  gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Fasolka szparagowa na parze z oliwą z oliwek 130g  Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	---  pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g  Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 1966kcal, Białko 85g, Tłuszcze 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 194g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	<b>jogurt 100g[6]</b>	<b>kisiel b/c 250ml</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	
Dieta z ograniczeniem Pch. s. Zolądkowy	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 120g  Herbata 250ml	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]  gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata mix 10g  Herbata 250ml	Energia: 2034kcal, Białko 95g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 222g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
			<b>Jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Rozdrobniona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 120g  Kakao 200 ml [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]  gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., b/s pomidor 50g, sałata mix 10g  Herbata 250ml	Energia: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	<b>jogurt 100g [6]</b>	<b>kisiel 250 ml</b>	<b>Jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Neutropeniczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]  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 120g  Kakao 200 ml [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]  gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Fasolka szparagowa na parze z oliwą z oliwek 130g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., mus tubka 100g  Herbata 250ml	Energia: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	<b>jogurt vege 125g</b>	<b>kisiel 250 ml</b>	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	
Dieta Bezmleczna	Zupa jarska 350ml  pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 120g  Herbata 250ml	Zupa kalafiorowa 350ml [8]  gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Fasolka szparagowa na parze 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: 1853 kcal, białko: 78g, tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 203g w tym cukry 56g, błonnik 36g, sól 5,3g

			<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	
Dieta Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 120g Kakao 200 ml [6]	gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Fasolka szparagowa na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>jogurt 100g [6]</b>	<b>kisiel 250 ml</b>	<b>Jogurt naturalny 200g [6]</b>	
Dieta Bezmleczna z ogr. Łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zupa jarska 350ml	Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 1853 kcal, białko: 78g, tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 203g w tym cukry 56g, błonnik 36g, sól 5,3g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 120g Herbata 250ml	gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1] Fasolka szparagowa na parze z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], tuńczyk 50g, pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>jogurt vege 125g</b>	<b>wafle ryżowe 3 szt.</b>	<b>kanapka 1 szt.</b>	

Dieta Papkowata	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: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	Kakao 200 ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>	<b>kisiel 250 ml</b>	<b>jogurt naturalny 200g[6]</b>	
Dieta Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6] Jogurt 100g [6]	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g 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 120g 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	
			<b>Jogurt naturalny 200g [6]</b>	

**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**