

Dieta	21.sty.24 - niedziela		Brodnica	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1]  Kompot 250ml	panna cotta z musem truskawkowym 150g [6]  Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] galaretka drobiowa 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa 100g [2/6/8] Herbata 250ml	Energia: 2397 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 6, węglowodany 266g w tym cukry 59g, błonnik 47g, sól 4,5g
	<b>Jabłko 150g</b>			<b>Sałatka z pomidora z kruszonym twarogiem 100g [6]</b>
Lekkostrawna	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1]  Kompot 250ml	panna cotta z musem truskawkowym 150g [6]  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] galaretka drobiowa 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa 100g [2/6/8] Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Jabłko 150g</b>			<b>Sałatka z pomidora z kruszonym twarogiem 100g [6]</b>
Wys. Białkowa	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1]  Kompot 250ml	panna cotta z musem truskawkowym 150g [6]  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] galaretka drobiowa 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa 100g [2/6/8] Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Jabłko 150g</b>			<b>Sałatka z pomidora z kruszonym twarogiem 100g [6]</b>
Wys. Białkowa (Ginekalogia)	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1]  Kompot 250ml	panna cotta z musem truskawkowym 150g [6]  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] galaretka drobiowa 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa 100g [2/6/8] Herbata 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Jabłko 150g</b>			<b>Sałatka z pomidora z kruszonym twarogiem 100g [6]</b>
Niska Tłuszczowa	--- Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1]  Kompot 250ml	panna cotta z musem truskawkowym 150g [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] galaretka drobiowa 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa bez groszku 100g [2/6/8] Herbata 250ml	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6,2g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Jabłko z pieca 1szt</b>			<b>Banan1szt 120g + biszkopty 10g [1/2]</b>

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] ----	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	serek homogenizowany naturalny 150g [6]	Energia: 2437 kcal, Białko 121, Tłuszcze 84g w tym nasycone 7, węglowodany 265g w tym cukry 61g, błonnik 64g, sól 4,9g
	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlna 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] galaretką drobiową 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa 100g [2/6/8] Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>Sok wielowarzywny 330ml + pieczywo chrupkie 3 szt.</b>		<b>Sałatka z pomidora z kruszonym twarogiem 100g [6]</b>	
Dgr. Pob. s. Złagdkowy	----	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	panna cotta z musem truskawkowym 150g [6]	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6,2g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlna 30g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] galaretką drobiową 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa bez groszku 100g [2/6/8] Herbata 250ml	
	<b>Jabłko z pieca 1 szt</b>		<b>Banan1szt 120g + biszkopty 10g [1/2]</b>	
Mielona	----	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	panna cotta z musem truskawkowym 150g [6]	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Pasta z jajek 70g[2], wędlna mielona 70g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata mix Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pulpecik drobiowy ze szpinakiem 130g [1/2] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone miksowane 150g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna mielona 100g[1/5/7-10], galaretką drobiową 100g [1/2/8], sałatka jarzynowa bez groszku 100g [2/6/8] Herbata 250ml	
	<b>Mus jabłkowy150g</b>		<b>Banan1szt 120g + biszkopty 10g [1/2]</b>	
Bogato Energetyczna	----	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	panna cotta z musem truskawkowym 150g [6]	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlna 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] galaretką drobiową 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa 100g [2/6/8] Herbata 250ml	
	<b>Jabłko 150g</b>		<b>Sałatka z pomidora z kruszonym twarogiem 100g [6]</b>	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml ----	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	panna cotta z musem truskawkowym (vege) 150g [5/7]	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlna 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] galaretką drobiową 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa 100g [2/6/8], Herbata 250ml	
	<b>Jabłko z pieca 150g</b>		<b>Banan1szt 120g + biszkopty 10g [1/2]</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6] --- Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlna 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1]  Kompot 250ml	panna cotta z musem truskawkowym 150g [6]  pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] wędlna 30g[1/5/7-10] , dżem 25g [6], Pomidor 70g, sałata mix  Herbata 250ml	Energia: 2016, Białko 106, Tłuszcze 65g w tym nasycone 6,2g, węglowodany 238g w tym cukry 60g, błonnik 28g, sól 4,8g
	<b>Jabłko 150g</b>		<b>Banan1szt 120g + biszkopty 10g [1/2]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml --- Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlna 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, sałata mix Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1]  Kompot 250ml	panna cotta z musem truskawkowym (vege) 150g [5/7]  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] galaretka drobiowa 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa 100g [2/6/8]  Herbata 250ml	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 5g
	<b>Jabłko z pieca 150g</b>		<b>Banan1szt 120g + krakersy 10g [1/2]</b>	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]  <b>Jogurt 100/150g[6]</b>	Przetarta 500g [1/2/8]  Kompot 250ml	Przetarta 500g [1/2/8]  Herbata 250ml  <b>Mus bananowy z biszkoptami 140g [1/2]</b>	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  Pierś nadziewana szpinakiem 130g [1] + sos koperkowy 50g [1/6], ziemniaczki 200g Buraczki na ciepło - duszone 150g [1]  Kompot 250ml	panna cotta z musem truskawkowym 150g [6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] galaretka drobiowa 100g [1/2/8] sałatka jarzynowa bez groszku 100g [2/6/8] Herbata 250ml  <b>Banan1szt 120g + biszkopty 10g [1/2]</b>	
Chirurgiczna popieracynowa	Jogurt 100g [6]  Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Jajko 1 szt.[2], wędlna 30g [1/5/7-10], pomidor B/S 70g, sałata 10g Herbata 250ml  <b>Jabłko z pieca 1szt</b>			Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	20.sty.24 - sobota		Brodnica	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]  Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidorek koktajlowy 3 szt., sałatka makaronowa z brokułem i jajkiem 120g [1/2], Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]  Pierogi ruskie domowe 6szt 350g [1], masętko 10g [6] + Koperek Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	---  Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlina 50g [1/5/7-10], ogórek kiszony 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2707, Białko 147, Tłuszcze 85g w tym nasycone 7, węglowodany 315g w tym cukry 81g, błonnik 56g, sól 5g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidorek koktajlowy 3 szt., sałatka makaronowa z brokułem i jajkiem 120g [1/2], Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]  Pierogi ruskie domowe 6szt 350g [1], masętko 10g [6] + Koperek Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidorek koktajlowy 3 szt., sałatka makaronowa z brokułem i jajkiem 120g [1/2], Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]  Pierogi ruskie domowe 6szt 350g [1], masętko 10g [6] + Koperek Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidorek koktajlowy 3 szt., sałatka makaronowa z brokułem i jajkiem 120g [1/2], Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]  Pierogi ruskie domowe 6szt 350g [1], masętko 10g [6] + Koperek Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g , Herbata 250ml	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]  Filet z kurczaka 100g + sos własny 70g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2520, Białko 110, Tłuszcze 73g w tym nasycone 6, węglowodany 237g w tym cukry 109g, błonnik 38g, sól 5g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	

Cukrzyca	Pieczyno graham 100g[1], maslo10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], sałatka makaronowa z brokułem i jajkiem 120g [1/2], pomidor 70g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]  Pierogi ruskie domowe 6szt 350g [1], masetko 10g [6] + Koperek Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	---  Pieczyno graham 100g[1], maslo10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlna 50g [1/5/7- 10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2492, Białko 131, Tłuszcze 82g w tym nasycone 6, węglowodany 284g w tym cukry 61g, błonnik 55g, sól 5g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>sok pomidorowy 330ml</b>	
Dgr. Pob. s. Ząglkowy	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]  Pieczyno pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g , Herbata 250ml	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]  Filet z kurczaka 100g + sos własny 70g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	---  Pieczyno pszenne 100g[1], maslo10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlna 50g [1/5/7- 10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2520, Białko 110, Tłuszcze 73g w tym nasycone 6, węglowodany 237g w tym cukry 109g, błonnik 38g, sól 5g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]  Pieczyno pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlna mix 100g [1/5/7-10], ,Miód 25g ,pomidor b/s 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]  Filet z kurczaka 100g + sos własny 70g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	---  Pieczyno pszenne 100g[1], maslo10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlna miksowana 100g [1/5/7-10], pomidor 70g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	<b>Mus jabłko-banan 150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]  Pieczyno pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], pomidorek koktajlowy 3 szt., sałatka makaronowa z brokułem i jajkiem 120g [1/2], Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]  Pierogi ruskie domowe razowe 6szt 350g [1], masetko 10g [6] + Koperek Surówka z marchewki i jabłka z sezamem i oliwą z oliwek 150g [10] Kompot 250ml	---  Pieczyno pszenne 100g[1], maslo10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlna 50g [1/5/7- 10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	
Bezmielczna	Kisiel 300ml  Pieczyno pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], pomidorek koktajlowy 3 szt., sałatka makaronowa z brokułem i jajkiem 120g [1/2], Herbata z cytryną 250ml	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]  Filet z kurczaka 100g + sos własny 70g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	---  Pieczyno pszenne 100g[1], maslo10g[6] Tuńczyk 70g [3] , wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2559, Białko 119, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6,1, węglowodany 322g w tym cukry 40g, błonnik 42g, sól 5g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	

Dzieci	Jogurt 150g [6]	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]	---	Energia: 2366, Białko 117, Tłuszcze 70,5g w tym nasycone 6, węglowodany 299g w tym cukry 69g, błonnik 42g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], pomidorek koktajlowy 3 szt., sałatka makaronowa z brokułem i jajkiem 120g [1/2], Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Filet z kurczaka 100g + sos własny 70g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	
Bezmleczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]	---	Energia: 2559, Białko 119, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6,1, węglowodany 322g w tym cukry 40g, błonnik 42g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], pomidorek koktajlowy 3 szt., sałatka makaronowa z brokułem i jajkiem 120g [1/2], Herbata 250ml	Filet z kurczaka 100g + sos własny 70g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Tuńczyk 70g [3] , wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100/150g[6]</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	0	Zupa z zielonej cukinii 350 ml [1/8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	0 Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Filet z kurczaka 100g + sos własny 70g [1/8] + ziemniaki 200g Marchewka z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z twarogu i tuńczyka 80g [3/6] , wędlna 50g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	19.sty.24 - piątek		Brodnica	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2504, Białko 130, Tłuszcze 75g w tym nasycone 7, węglowodany 283g w tym cukry 93g, błonnik 43g, sól 4,3g
	Pieczywo graham + bułka wieloziarnista 100g[1], masło10g[6], ser gouda 45g [6], pasta z buraka z sezamem 80g [10]papryka czerwona 70g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt Kakao 200ml [6]	Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z olejem lnianym (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt. [2], Pomidor 70g, sałata lodowa Herbata 250ml	
	<b>sok warzywny 330ml [8]</b>		<b>Kanapka z warzywami 1 szt. [6]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata mix 10g, jabłko 1szt Kakao 200ml [6]	Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z olejem lnianym (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt. [2], Pomidor 70g, sałata lodowa Herbata 250ml	
	<b>sok warzywny 330ml [8]</b>		<b>Kanapka z warzywami 1 szt. [6]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata mix 10g, jabłko 1szt Kakao 200ml [6]	Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z olejem lnianym (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt. [2], Pomidor 70g, sałata lodowa Herbata 250ml	
	<b>sok warzywny 330ml [8]</b>		<b>Kanapka z warzywami 1 szt. [6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata mix 10g, jabłko 1szt Kakao 200ml [6]	Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z olejem lnianym (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt. [2], Pomidor 70g, sałata lodowa Herbata 250ml	
	<b>sok warzywny 330ml [8]</b>		<b>Kanapka z warzywami 1 szt. [6]</b>	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2341, Białko 126, Tłuszcze 65g w tym nasycone 4, węglowodany 296g w tym cukry 90g, błonnik 35g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1szt Herbata czerwona 250ml	Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Cukinia na parze z olejem lnianym 130g [1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pasta z białek 100g[2] , Pomidor B/S 70g, sałata lodowa Herbata 250ml	
	<b>sok warzywny 330ml [8]</b>		<b>Kanapka z warzywami 1 szt. [6]</b>	

Cukrzyca	Pieczywo graham 100g[1], maslo10g[6] ser gouda 45g [6], pasta z buraka z sezamem 80g [10]papryka czerwona 70g, sałata mix 10g, jabłko 1 szt Kakao 260ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/6/8]  Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z olejem lnianym (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	---  Pieczywo graham 100g[1], maslo10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt. [2], Pomidor 70g, sałata lodowa Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2375, Białko 111, Tłuszcze 89g w tym nasycone 5, węglowodany 256g w tym cukry 58g, błonnik 55g, sól 4g
	<b>sok warzywny 330ml [8]</b>		<b>Kanapka z warzywami 1 szt. [6]</b>	
Dgr. Pob. s. Złagdkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], maslo10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1szt Herbata czerwona 250ml	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/6/8]  Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Cukinia na parze z olejem lnianym 130g [1/8] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10],pasta z białek 100g[2] , Pomidor B/S 70g, sałata lodowa Herbata 250ml	Energia: 2341, Białko 126, Tłuszcze 65g w tym nasycone 4, węglowodany 296g w tym cukry 90g, błonnik 35g, sól 5g
	<b>sok warzywny 330ml [8]</b>		<b>Kanapka z warzywami 1 szt. [6]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], maslo10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], dżem owocowy 25g, pomidor 70g,, jabłko z pieca 1szt Kakao 200ml [6]	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/6/8]  Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Cukinia na parze z olejem lnianym 130g [1/8] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] szynka kanapkowa mielona 100g [1/5/7-10],pasta z jajek 100g[2] , Pomidor B/S 70g, sałata lodowa Herbata 250ml	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	<b>sok warzywny 330ml [8]</b>		<b>Jogurt 100/150g[6]</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], maslo10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata mix 10g, jabłko 1szt Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/6/8]  Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z olejem lnianym (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt. [2], Pomidor 70g, sałata lodowa Herbata 250ml	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	<b>sok warzywny 330ml [8]</b>		<b>Kanapka z warzywami 1 szt. [6]</b>	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], maslo10g[6] pasta z buraka z sezamem 80g[10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata mix, jabłko z pieca 1sz, wędlina 30g [1/5/7-10] Herbata 250ml	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/8]  Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z olejem lnianym (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt. [2], Pomidor B/S 90g, sałata lodowa Herbata 250ml	Energia: 2205, Białko 84, Tłuszcze 75g w tym nasycone 5, węglowodany 276g w tym cukry 76g, błonnik 48g, sól 4,9g
	<b>Banan 120-150g</b>		<b>Kanapka z wędliną [1/5/6-10]</b>	



Dzieci	Jogurt naturalny 100g [6]	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2188, Białko 127, Tłuszcze 61g w tym nasycone 6, węglowodany 268g w tym cukry 87g, błonnik 33g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata mix 10g, jabłko 1szt	Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z olejem lnianym (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt. [2], Pomidor 70g, sałata lodowa	
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>banan 150g-200g</b>		<b>Kanapka z warzywami 1 szt. [6]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2205, Białko 84, Tłuszcze 75g w tym nasycone 5, węglowodany 276g w tym cukry 76g, błonnik 48g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] pasta z buraka z sezamem 80g [10], wędlina 30g [1/5/7-10],pomidor 70g, sałata 10g, jabłko z pieca 1szt	Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Warzywa na parze z olejem lnianym (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt. [2], Pomidor B/S 90g, sałata lodowa	
	Herbata czerwona 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Banan 120-150g</b>		<b>Kanapka z wędliną [1/5/6-10]</b>	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Kakao 260ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100/150g[6]</b>		<b>sok warzywny 330ml</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] twarożek śmietankowy 100g[6], dżem owocowy 25g, pomidor 70g, sałata mix 10g, jabłko z pieca 1szt	Koperkowa z makaronem 350 ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Herbata czerwona 250ml	Dorsz na parze w warzywach 110g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Cukinia na parze z olejem lnianym 130g [1/8]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pasta z białek 100g[2] , Pomidor B/S 70g, sałata lodowa	
	<b>sok warzywny 330ml [8]</b>	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>Kanapka z warzywami 1 szt. [6]</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	18.sty.24 - czwartek		Brodnica	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa z czerwonej soczewicy z pomidorami 350 ml [1/2/8] Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Surówka z marchewki z jabłkiem 150g Kompot 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], ogórek kiszony 50g, mandarynka 1szt Herbata 250ml	Energia: 2433 kcal, Białko 110, Tłuszcze 86g w tym nasycone 8, węglowodany 287g w tym cukry 53g, błonnik 52g, sól 4,7g
	<b>Jogurt na deser 125g [6]</b>			<b>mix sałat z buraczkami i oliwą z oliwek z orzechami 120g</b>
Lekkostrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8] Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Surówka z marchewki z jabłkiem 150g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], pomidor 70g, mandarynka 1szt Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	<b>Jogurt na deser 125g [6]</b>			<b>mix sałat z buraczkami i oliwą z oliwek z orzechami 120g</b>
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8] Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Surówka z marchewki z jabłkiem 150g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], pomidor 70g, mandarynka 1szt Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	<b>Jogurt na deser 125g [6]</b>			<b>mix sałat z buraczkami i oliwą z oliwek z orzechami 120g</b>
Wys. Białkowa (Ginekalogia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8] Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Surówka z marchewki z jabłkiem 150g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], pomidor 70g, mandarynka 1szt Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	<b>Jogurt na deser 125g [6]</b>			<b>mix sałat z buraczkami i oliwą z oliwek z orzechami 120g</b>
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor B/S 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8] Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Mini marchewka z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], pomidor 70g, mus jabłko-mandarynka 100g. Herbata 250ml	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	<b>Jogurt na deser 125g [6]</b>			<b>Galaretką z brzoskwiniami 180g</b>

Cukrzyca	Pieczycywo graham 100g[1], maslo10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], serek topiony 1szt., Pomidor 70g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8]  Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Surówka z marchewki z jabłkiem 150g  Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	---  Pieczycywo żytnie razowe 100g[1], maslo10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], ogórek kiszony 50g, mandarynka 1szt  Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2344, Białko 108, Tłuszcze 9g w tym nasycone 28, węglowodany 269g w tym cukry 72g, błonnik 56g, sól 4,9g
	<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>		<b>mix sałat z buraczkciem i oliwą z oliwek z orzechami 120g</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  Pieczycywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor B/S 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8]  Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Mini marchewka z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], pomidor 70g, mus jabłko-mandarynka 100g.  Herbata 250ml	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	<b>Jogurt na deser 125g [6]</b>		<b>Galaretka z brzoskwiniami 180g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  Pieczycywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor B/S 70g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8]  Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Mini marchewka z oliwą z oliwek miksowana 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], pomidor 70g, mus jabłko-mandarynka 100g.  Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	<b>Jogurt na deser 125g [6]</b>		<b>Galaretka z brzoskwiniami 180g</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  Pieczycywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8]  Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Surówka z marchewki z jabłkiem 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], pomidor 70g, mandarynka 1szt  Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	<b>Jogurt na deser 125g [6]</b>		<b>mix sałat z buraczkciem i oliwą z oliwek z orzechami 120g</b>	
Bezmielczna	Kisiel 300ml  Pieczycywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g ,  Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8]  Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Mini marchewka z oliwą z oliwek 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt [2], pomidor 70g, oliwki czarne 60g  Herbata 250ml	Energia: 2540, Białko 97, Tłuszcze 90g w tym nasycone 9g, węglowodany 318g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 4,9g
	<b>Jogurt wegański 150g [7]</b>		<b>Galaretka z brzoskwiniami 180g</b>	

Dzieci	---	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8]	---	Energia: 2409 Białko 116, Tłuszcze 66g w tym nasycone 5, węglowodany 324g w tym cukry 71,1g, błonnik 29g, sól 5g
	Piecząwo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Mini marchewka z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], pomidor 70g, mandarynka 1szt Herbata 250ml	
	<b>Jogurt na deser 125g [6]</b>		<b>Galaretka z brzoskwiniami 180g</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8]	---	Energia: 2540, Białko 97, Tłuszcze 90g w tym nasycone 9g, węglowodany 318g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 4,9g
	Piecząwo pszenne 100g[1], masło10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], Paszтет 70g[1/5/7-10], Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Brokuł z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt [2], pomidor 70g, oliwki czarne 60g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt wegański 150g [7]</b>		<b>Galaretka b/c z brzoskwiniami 180g</b>	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Jogurt naturalny 150g[6]</b>	Kompot 250ml	Herbata 250ml <b>Galaretka bez owoców 180g</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] ---	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml [1/8]	---	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Piecząwo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет 70g[1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml <b>Jogurt na deser 125g [6]</b>	Pulpeciki z szynki wieprzowej w sosie koperkowym 120g/80g [1/2/6/8], kasza jęczmienna drobna 200g Mini marchewka z oliwą z oliwek 150g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt 15g [6], pomidor 70g, mus jabłko-mandarynka 100g. Herbata 250ml <b>Galaretka z brzoskwiniami 180g</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	17.sty.24 - środa		Brodnica	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]  Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa fasolowa 350 ml [1/8]  Potrawka z kurczaka w sosie pomidorowym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g surówka z selera 150g  Kompot 250ml	---  Chleb graham 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]  Potrawka z kurczaka w sosie pomidorowym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g surówka z selera 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]  Potrawka z kurczaka w sosie pomidorowym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g surówka z selera 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]  Potrawka z kurczaka w sosie pomidorowym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g surówka z selera 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], sałata 10g + pomidor 70g Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]  Potrawka z kurczaka w sosie własnym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g Gotowany seler z oliwą 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	

Cukrzyca	Pieczycywo razowe 100g [1], maslo10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]  Potrawka z kurczaka w sosie pomidorowym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g surówka z selera 150g  Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	---  Chleb graham 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g  Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Dgr. Pob. s. Zjadkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], sałata 10g + pomidor 70g Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]  Potrawka z kurczaka w sosie własnym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g Gotowany seler z oliwą 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g  Herbata 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina miksowana 100g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], + pomidor 70g fromage 40g [6], + pomidor 70g	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]  Potrawka z kurczaka w sosie pomidorowym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g Gotowany seler z oliwą 150g  Gotowany seler z oliwą 150g	---  pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina mielona 100g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3] tuńczyka 100g[2/3]	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	<b>Herbata 250ml</b>	<b>Kompot 250ml</b>	<b>Herbata 250ml</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]  Potrawka z kurczaka w sosie pomidorowym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g surówka z selera 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g  Herbata 250ml	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml  Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], pasztet z indyka 80g [1/2/6/8], sałata 10g , pomidor 70g,  Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]  Potrawka z kurczaka w sosie pomidorowym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g Gotowany seler z oliwą 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g  Herbata 250ml	Energia: 2440 kcal, Białko 101, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 352g w tym cukry 45g, błonnik 51g, sól 5,7g
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Kisiel z owocami 200ml</b>	

Dzieci	---	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]	---	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 30g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], sałata 10g + pomidor 70g  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Potrąwka z kurczaka w sosie pomidorowym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g Gotowany seler z oliwą 150g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa  Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]	---	Energia: 2440 kcal, Białko 101, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 352g w tym cukry 45g, błonnik 51g, sól 5,7g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 30g [1/5/7-10], paszтет z indyka 80g [1/2/6/8], sałata 10g , pomidor 70g,  Herbata 250ml	Potrąwka z kurczaka w sosie pomidorowym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g Gotowany seler z oliwą 150g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g  Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Kisiel b/c z owocami 200ml</b>	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 30g [1/5/7-10], Serek fromage 40g [6], sałata 10g + pomidor 70g  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa krupnik z kaszą mazurską 350 ml [1/8]	---	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
		Potrąwka z kurczaka w sosie własnym 180g [1/5/7-10] , ziemniaki 200g Gotowany seler z oliwą 150g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], Pasta z jajek i tuńczyka 100g[2/3], sałata masłowa 10g  Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Jogurt 150g [6]</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	16.sty.24 - wtorek		Brodnica	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6]  Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 120g [1/2/6/8], pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa solferino 350 ml [1/8]  Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g  Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2527 kcal, Białko 111, Tłuszcze 107g w tym nasycone 11, węglowodany 315 g w tym cukry 53 g, błonnik 52 g, sól 5,3g
	<b>Pomarańcza 150g</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 120g [1/2/6/8], pomidor 50g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa solferino 350 ml [1/8]  Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Pomarańcza 150g</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 120g [1/2/6/8], pomidor 50g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa solferino 350 ml [1/8]  Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Pomarańcza 150g</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 120g [1/2/6/8], pomidor 50g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa solferino 350 ml [1/8]  Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Pomarańcza 150g</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6], serek homogenizowany naturalny 150g [6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa b/ groszku 120g [1/2/6/8], pomidor 50g, Herbata rumiankowa 250ml	Zupa solferino bez groszku 350 ml [1/8]  Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 50g [2], Pomidor 70g, sałata mix Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Mus jabłko-pomarańcza 150g</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	



Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g [1], maslo10g[6], serek homogenizowany naturalny 150g [6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 120g [1/2/6/8], pomidor 50g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa solferino 350 ml [1/8]  Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	---  Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml <b>Bez Cukru</b>	Energia: 2437 kcal, Białko 121, Tłuszcze 84g w tym nasycone7, węglowodany 265g w tym cukry 61g, błonnik 64g, sól 4,3g
	<b>Sok wielowarzywny 330ml + pieczywo chrupkie 3 szt.</b>		<b>Galaretka b/c z brzoskwinia 180g</b>	
Dgr. Pob. s. Zaledkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6], serek homogenizowany naturalny 150g [6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa b/ groszku 120g [1/2/6/8], pomidor 50g, Herbata rumiankowa 250ml	Zupa solferino bez groszku 350 ml [1/8]  Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], pasta z białek jaj 50g [2], Pomidor 70g, sałata mix Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Mus jabłko-pomarańcza 150g</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] wędlina mielona 100g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 120g [1/2/6/8] pomidor B/S 70g, dżem 25g, sałata mix Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa solferino 350 ml [1/8]  Pulpet ze schabu 120g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] połudwica sopocka miksowana 100g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor bez skóry 70g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Mus jabłko-pomarańcza 150g</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 120g [1/2/6/8], pomidor 50g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa solferino 350 ml [1/8]  Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	<b>Pomarańcza 150g</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	
Bezmielczna	Kisiel 300ml  Pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 120g [1/2/6/8], pomidor 50g Herbata z cytryną 250ml	Zupa solferino 350 ml [1/8]  Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g, Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 5g
	<b>jabłko pieczone 1 sztuka +pieczywo chrupkie 3 szt.</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa solferino 350 ml [1/8]	---	Energia: 2106,7 kcal, Białko 121g, Tłuszcze 61,7g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5,5g, węglowodany 253g w tym cukry 52g, błonnik 31g, sól 5g
	Pieczywo pszenne + 100g [1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, dżem 25g, sałata mix	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g	pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g	
	Herbata rumiankowa 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Pomarańcza 150g</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa solferino 350 ml [1/8]	---	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 120g [1/2/6/8], pomidor 50g	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix 10g,	
	Herbata rumiankowa 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>jabłko pieczone 1 sztuka +pieczywo chrupkie 3 szt.</b>		<b>Galaretka b/c z brzoskwinia 180g</b>	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Jogurt 100/150g[6]</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/6]	Zupa solferino bez groszku 350 ml [1/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Kiełbaski z szynki z cukinią 150g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa b/ groszku 120g [1/2/6/8], pomidor 50g, Herbata rumiankowa 250ml	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100g w sosie własnym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 150g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [2], Pomidor 70g, sałata mix	
	<b>Mus jabłko-pomarańcza 150g</b>		<b>Galaretka z brzoskwinia 180g</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**

Dieta	15.sty.24 - poniedziałek		Brodnica	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8],Pomidor 70g, sałata 10g , Herbata owocowa 250ml	Zupa z zielonego groszku 350ml [1/2/8]  grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 150g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], papryka 50g , ser żółty 40g [6], sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2713 kcal, Białko 238g, Tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 10g, węglowodany 268g w tym cukry 55g, błonnik 52g, sól 5g
	banan 1 szt 120-150g			Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8],Pomidor 70g, sałata 10g , Herbata owocowa 250ml	Zupa z zielonego groszku 350ml [1/2/8]  grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 150g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], pomidor 70g, miód 25g, sałata Herbata 250ml	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	banan 1 szt 120-150g			Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8],Pomidor 70g, sałata 10g Herbata owocowa 250ml	Zupa z zielonego groszku 350ml [1/2/8]  grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 150g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], pomidor 70g, miód 25g, sałata Herbata 250ml	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	banan 1 szt 120-150g			Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8],Pomidor 70g, sałata 10g Herbata owocowa 250ml	Zupa z zielonego groszku 350ml [1/2/8]  grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 150g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], pomidor 70g, miód 25g, sałata Herbata 250ml	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	banan 1 szt 120-150g			Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8], Pomidor B/S 70g, sałata 10g Herbata owocowa 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml [1/2/8]  grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] marchew mini z selerem i oliwą z oliwek 150g [1/8]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], pomidor B/S 70g, miód 25g, sałata Herbata 250ml	Energia: 2437 kcal, białko: 114g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	banan 1 szt 120-150g			Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]

Cukrzyca	pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8], sałatka z selera naciowego z szynką 100g [6], sałata 10g Herbata owocowa 250ml	Zupa z zielonego groszku 350ml [1/2/6/8]  grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 150g [1]  Kompot 250ml	---	pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], papryka 50g , ser żółty 40g [6], sałata Herbata 250ml	Energia: 2756 kcal, białko: 134g, tłuszcze 101g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 9g, węglowodany 230g w tym cukry 38g, błonnik 64g, sól 4,7g
	<b>banan 1 szt 120-150g</b>			<b>Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]</b>	
Dgr. Pob. s. Złagodkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8], Pomidor B/S 70g, sałata 10g Herbata owocowa 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml [1/2/8]  grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] marchew mini z selerem i oliwą z oliwek 150g [1/8]  Kompot 250ml	---	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], pomidor B/S 70g, miód 25g, sałata Herbata 250ml	Energia: 2437 kcal, białko: 114g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	<b>banan 1 szt 120-150g</b>			<b>Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina miksowana 100g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8], pomidor 100g , sałata 10g Herbata owocowa 250ml	Zupa z zielonego groszku 350ml [1/2/8]  mielona pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 150g [1]  Kompot 250ml	---	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina mielona 100g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor B/S 70g Herbata 250ml	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	<b>Jogurt 100g [6]</b>			<b>Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8],Pomidor 70g, sałata 10g , Herbata owocowa 250ml	Zupa z zielonego groszku 350ml [1/2/8]  grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 150g [1]  Kompot 250ml	---	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], papryka 50g , ser żółty 40g [6], sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	<b>banan 1 szt 120-150g</b>			<b>Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]</b>	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml  pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], Paszтет z indyka 70g [1/5/7-10]pomidor 100g [6], sałata 10g Herbata 250ml	Zupa z zielonego groszku 350ml [1/2/6/8]  grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 150g [1]  Kompot 250ml	---	pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], Jajko 1 szt [2], Mix warzyw z oliwą z oliwek 140g Herbata 250ml	Energia: 2541 kcal, białko: 103g, tłuszcze 111g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 265g w tym cukry 31g, błonnik 29g, sól 4,3g
	<b>banan 1 szt 120-150g</b>			<b>Koktajl z napoju owsianego i żurawiny 250ml [6]</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa z zielonego groszku 350ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2223 kcal, białko: 104g, tłuszcze 71g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 279g w tym cukry 70g, błonnik 25g, sól 4,6g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8],Pomidor 70g, sałata 10g	grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 150g [1]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], pomidor 70g, miód 25g, sałata	
	Herbata owocowa 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa z zielonego groszku 350ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2541 kcal, białko: 103g, tłuszcze 111g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 265g w tym cukry 31g, błonnik 29g, sól 4,3g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10], Pasztet z indyka 70g [1/5/7-10]pomidor 100g [6], sałata 10g	grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] bukiet warzyw z oliwą z oliwek 150g [1]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], jajko 1 szt. [2], Mix warzyw z oliwą z oliwek 140g	
	Herbata owocowa 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Koktajl z napoju owsianego i żurawiny 250ml [6]</b>	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta + dodatek	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	Herbata owocowa 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100/150g[6]</b>		<b>Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]</b>	
Chirurgiczna popoperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6] Jogurt 100g [6]	Zupa ziemniaczana 350ml [1/2/8]	---	Energia: 2597 kcal, białko: 128g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 289g w tym cukry 48g, błonnik 32g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 40g [1/5/7-10],serek kiri 1 szt [8], Pomidor B/S 70g, sałata 10g	grillowana pierś indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaczki 200g [1/2] marchew mini z selerem i oliwą z oliwek 150g [1/8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] galareta rybna 150g [1/3/5/7-10], pomidor B/S 70g, miód 25g, sałata	
	Herbata owocowa 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>banan 1 szt 120-150g</b>		<b>Koktajl z kefiru i żurawiny 250ml [6]</b>	

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

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

**Oddziały Ortopedia i Rehabilitacja zamiast zupy mlecznej dostają jogurty**