

Dieta	29.gru.24 - niedziela	Brodnica		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	--- Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 60g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g Kiszona kapusta z jabłkiem i porem 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2397 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 6, węglowodany 266g w tym cukry 59g, błonnik 47g, sól 4,5g
	Pomarańcza 120-150g		Sok pomidorowy 300ml	
Lekkostrawna	--- Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g 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
	Pomarańcza 120-150g		Sok pomidorowy 300ml	
Wys. Białkowa	--- Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g 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
	Pomarańcza 120-150g + jogurt naturalny 100g		Sok pomidorowy 300ml	
Wys. Białkowa (Binekalogia)	--- Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g 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
	Pomarańcza 120-150g + jogurt naturalny 100g		Sok pomidorowy 300ml	
Niska Tłuszczowa	--- Jogurt owocowy 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 70g, sałata 10g 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
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Kisiel czysty 300ml	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 150g [6] ---	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2305 kcal, Białko 101, Tłuszcze 89g w tym nasycone 22, węglowodany 275g w tym cukty 61g, błonnik 64g, sól 5,9g
	Piecząwo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], serek topiony 1 szt [6] , pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g Kiszona kapusta z jabłkiem i porem 130g Kompot 250ml Bez Cukru	Piecząwo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1szt [2], pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml Bez Cukru	
	Pomarańcza 120-150g		Sok pomidorowy 300ml	
Dgr. Pob. s. Zerałkowy	Jogurt owocowy 150g [6] ---	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6,2g, węglowodany 279g w tym cukty 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Piecząwo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Kisiel czysty 300ml	
Mielona	Jogurt owocowy 150g [6] ---	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukty 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Piecząwo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona miksowana 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], dżem owocowy 1 szt, pomidor b/s 70g, sałata 10g Herbata 250ml	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Sok pomidorowy 300ml	
Bogatą Energetyczną	Jogurt owocowy 150g [6] ---	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukty 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Piecząwo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], sałatka z selera z szynką 100g [1/2/5- 10], pomidor 70g, Herbata 250ml	
	Pomarańcza 120-150g		Sok pomidorowy 300ml	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml ---	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8]	---	Energia: 2191 kcal, Białko 106g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 265g w tym cukty 54g, błonnik 47g, sól 5,9g
	Piecząwo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina szynkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, pomidor 70g, Herbata 250ml	
	mus jabłko-brzoskwinia 150g		Kisiel czysty 300ml	

Dzieci	Jogurt owocowy 150g [6] --- Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] serek fromage 80g [6], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Herbata 250ml	Energia: 2016, Białko 106, Tłuszcze 65g w tym nasycone 6,2g, węglowodany 238g w tym cukry 60g, błonnik 28g, sól 4,8g
	Pomarańcza 120-150g		Kisiel czysty 300ml	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml --- Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], pomidorki koktajlowe 100g, sałata 10g, pasta z pomidora 70g [1] Herbata 250ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina szynkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt, pomidor 70g, sałata 10g Kisiel czysty 300ml	Energia: 2191 kcal, Białko 106g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22g, węglowodany 265g w tym cukry 54g, błonnik 47g, sól 5,9g
	mus jabłko-brzoskwinia 150g			

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Jogurt 100/150g[6]	Przetarta 500g [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500g [1/2/8] Herbata 250ml Sok pomidorowy 300ml	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 6g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	---	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1/8] Rolada z mięsa wołowo-wieprzowego 120g [1/2/8] + sos własny 80g [1/8], Ziemniaki 200g gotowana marchewka z olejem słonecznikowym 120g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina szynkowa 50g [1/2/5-10], dżem owocowy 25 g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml Kisiel czysty 300ml	
Chirurgiczna pooperacyjna	Jogurt 150g [6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] szynka wędzona 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidorki koktajlowe 50g, sałata 10g, Herbata 250ml mus jabłko-brzoskwinia 150g			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	28.gru.24 - sobota		Brodnicza	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6] Pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],papryka 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8] Pieczono udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6], wędlna 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 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
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8] Pieczono udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6] , wędlna 30g [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
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8] Pieczono udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6] , wędlna 30g [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
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8] Pieczono udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6], wędlna 30g [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
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8] Pieczono udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z olejem rzepakowym 130g [1/6] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6] , wędlna 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 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
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	

Cukrzyca	Jogurt 100g [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2492, Białko 131, Tłuszcze 82g w tym nasycone 6, węglowodany 284g w tym cukry 61g, błonnik 55g, sól 5g
	Pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczywo razowe100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	
	Jogurt naturalny 150g [6]		sok warzywny 300ml[1/8]	
Dgr. Pob. s. Zależkowy	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2520, Białko 110, Tłuszcze 73g w tym nasycone 6, węglowodany 237g w tym cukry 109g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z olejem rzepakowym 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Mielna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina miksowana 80g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor b/s 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pieczone udko z kurczaka 160g -szarpane w sosie własnym + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6] , wędlina miksowana 100g [1/5/7-10], pomidor 70g, Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6],pomidor 50g, sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek z bazylią 100g [6], wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Bezmielna	Kisiel 300ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	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] wędlina 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g [5/7],pomidor 50g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów Lisner 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 70g, mix sałat Herbata z cytryną 250ml	
	#ADR!		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	

Dzieci	Jogurt owocowy 150g [6]	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	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] wędlina 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidor 50g, sałata 10g	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], twaróg z bazylią 100g [6], pomidor 70g, mix sałat	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jogurt pitny 200g [6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	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] wędlina 50g [1/5/7-10], jogurt vege 125g [5/7], pomidor 50g, sałata 10g	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka z groszkiem 130g [1/6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pasta z suszonych pomidorów Lisner 80g [3/6] , wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 70g, mix sałat	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Galaretka owocowa b/c 180g		sok warzywny 300ml[1/8]	

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	
	Jogurt 150g[6]		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	
Chirurgiczna pooperacyjna	0	Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml [1/6/8]	---	Energia: 2737, Białko 138, Tłuszcze 88g w tym nasycone 8, węglowodany 329g w tym cukry 82g, błonnik 45g, sól 5g
	0	Pieczone udko z kurczaka 160g + ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z olejem rzepakowym 130g [1/6]	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor B/S 70g, mix sałat	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Galaretka owocowa 180g		Posiłek witaminowy - mus owocowy 100g	

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	27.gru.24 - piątek	Brodnica		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2504, Białko 130, Tłuszcze 75g w tym nasycone 7, węglowodany 283g w tym cukry 93g, błonnik 43g, sól 4,3g
	Pieczywo razowe + bułka kajzerka 100g[1], masło10g[6], ser gouda 30g [6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , papryka czerwona 50g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 120g [6] Kompot 250ml	Pieczywo razowe100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	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] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 50g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 120g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	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] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 50g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8],ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 120g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g + jogurt owocowy 100g		Kefir 200g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	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] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 50g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8],ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 120g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g + jogurt owocowy 100g		Kefir 200g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/2/5/8]	---	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] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor B/S 50g, sałata 10g Herbata czerwona 250ml	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8],ziemniaki 200g Dyńia świeża na parze z oliwą z oliwek 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	Energia: 2375, Białko 111, Tłuszcze 89g w tym nasycone 5, węglowodany 256g w tym cukry 58g, błonnik 55g, sól 4g
	Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] ser gouda 45g [6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , papryka czerwona 50g, sałata mix 10g, Kakao 200ml [6] Bez Cukru	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 150g [6] Kompot 250ml Bez Cukru	Pieczywo graham 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml Bez Cukru	
	Mandarynka 1 szt 100-120g		Kefir 200g [6]	
Dgr. Pdb. s. Zakałkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350 ml [1/2/5/8]	---	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] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, sałata, Herbata czerwona 250ml	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Dyńia świeża na parze z oliwą z oliwek 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	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] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] - siekana , pomidor b/s 50g, Kakao 200ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor b/s 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Mus jabłko-banan 150g		Kefir 200g [6]	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	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] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10] , pomidor 50g, sałata mix 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	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] wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix, Herbata 250ml	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 120-150g		Jogurt vege 150g [6]	

Dzieci	Jogurt naturalny 100g [6]	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	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] serek waniliowy 100g[6], wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, Kakao 260ml [6]	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 120g [2/3/9], pomidor 60g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-170g		Kefir 200g [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Kalafiorowa 350 ml [1/8]	---	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] wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix, Herbata czerwona 250ml	Dorsz w sosie słodko-kwaśnym 120g/ 80g[1/3/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z masłem 150g [6] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] jajko 1szt. [2], pasta z tuńczyka z koperkiem 80g [3], Pomidorki koktajlowe 50g, sałata mix10g Herbata 250ml	
	Banan 120-150g		Jogurt vege 150g [6]	
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 200ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt 100/150g[6]		Kefir 200 g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło10g[6] wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, sałata, Herbata czerwona 250ml	Zupa grysikowa 350 ml [1/2/5/8] Dorsz na parze w warzywach duszonych 120g/ 50g[1/3/8], ziemniaczki 200g Dyńa świeża na parze z oliwą z oliwek 150g [6] Kompot 250ml	---	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
	Banan 1 szt 120-150g		Owsianka dawtona 100g	
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	26.gru.24 - czwartek	Brodnica		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa solferino 350 ml [1/8]	---	Energia: 2433 kcal, Białko 110, Tłuszcze 86g w tym nasycone 8, węglowodany 287g w tym cukry 53g, błonnik 52g, sól 4,7g
	Pieczywo razowe pszenno-żytnie 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, sałata10g	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], ogórek kiszony 50g, jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa solferino 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
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, sałata10g ,	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g,jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa solferino 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
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200 g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, sałata10g ,	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g,jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa solferino 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
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, sałata10g	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g,jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6]	Zupa solferino bez groszku 350 ml [1/8]	---	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200 g [6], dżem 25g, Pomidor b/s 50g, sałata10g , Herbata 250ml	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	

Cukrzyca	Pieczywo razowe pszenno-żytnie 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidor 50g,rzodkiewka 50g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru	Zupa solferino 350 ml [1/8] Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], ogórek kiszony 50g, jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2344, Białko 108, Tłuszcze 9g w tym nasycone 28, węglowodany 269g w tym cukry 72g, błonnik 56g, sól 4,9g
	Galaretka b/c 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Dgr. Pob. s. Zerałdkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200 g [6], dżem 25g, Pomidor b/s 50g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa solferino bez groszku 350 ml [1/8] Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10],serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor B/S 50g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa solferino 350 ml [1/8] Pulpet ze schabu 120 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, sałata10g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa solferino 350 ml [1/8] Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g,jabłko 1 szt 120-150g Herbata 250ml	Energia: 2423 kcal, Białko 118, Tłuszcze 81g w tym nasycone 6g, węglowodany 287g w tym cukry 56g, błonnik 35g, sól 4,4g
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Bezmielczna	Kisiel 300ml Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka z beczi 50g [1/5/7-10], dżem 25g, Pomidor 50g, sałata10g , Herbata 250ml	Zupa solferino 350 ml [1/8] Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10],jajko 1szt [2], pomidor 70g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g Herbata 250ml	Energia: 2540, Białko 97, Tłuszcze 90g w tym nasycone 9g, węglowodany 318g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 4,9g
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	

Dzieci	---	Zupa solferino 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] serek wiejski 200g [6], dżem 25g, Pomidor 50g, sałata10g	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor 70g, jabłko 1 szt 120-150g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa solferino 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] szynka z beczki 50g [1/5/7-10], ogórek zielony 50g, Pomidor 50g, sałata10g ,	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1szt [2], pomidor 70g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Galaretka b/c 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	

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]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Sok marchew-seler 300 ml [8]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1,6] ---	Zupa solferino 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] serek wypasiony naturalny 120g [6], dżem 25g, Pomidor b/s 50g, sałata10g , Herbata 250ml	Pieczeń ze schabu sztuka mięsa 100 g w sosie własnym 70g [1/2/8], kasz bulgur 200g [1] surówka z buraczka z jabłkiem i olejem słonecznikowym 130g Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt 15g [6], pomidor b/s70g, Herbata 250ml	
	Galaretka 180ml		Mus jabłkowy 150g	

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	25.gru.24 - środa	Brodnica		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt., sałatka z selera naciowego z ananasem 100g [6], sałata 10g, ciasto Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa kurkowa z makaronem 350ml [1/2/6/8] Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g bukiet warzyw z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], papryka 50g, ser żółty 40g [6], sałata 10 g , jabłko 1 szt. Barszcz 250 ml [8]	Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g
	Banan 1 szt 120-150g		serek szarlotka 150g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt., sałatka z selera naciowego z ananasem 100g [6], sałata 10g, ciasto Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g bukiet warzyw z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor 70g, miód 25g, sałata 10 g , jabłko 1 szt. Barszcz 250 ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g		serek szarlotka 150g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt., sałatka z selera naciowego z ananasem 100g [6], sałata 10g, ciasto Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g bukiet warzyw z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor 70g, miód 25g, sałata 10 g , jabłko 1 szt. Barszcz 250ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g + jogurt naturalny 100g		serek szarlotka 150g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt., sałatka z selera naciowego z ananasem 100g [6], sałata 10g, ciasto Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g bukiet warzyw z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor 70g, miód 25g, sałata 10g , jabłko 1 szt. Barszcz 250 ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g + jogurt naturalny 100g		serek szarlotka 150g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt., sałatka z selera naciowego z ananasem 100g [6], sałata 10g, babka piaskowa Herbata 250ml	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z selerem i oliwa z oliwek 130g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, miód 25g, sałata 10g , jabłko z pieca 1 szt. Barszcz 250 ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g		serek szarlotka 150g [6]	

Cukrzyca	Pieczyczo razowe 100g [1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt., sałatka z selera naciowego z ananasem 100g [6], sałata 10g, makowiec 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g bukiet warzyw z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml Bez Cukru	--- pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], papryka 50g, ser żółty 40g [6], sałata 10 g , jabłko 1 szt. Barszcz 250 ml Bez Cukru	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	kiwi 1 szt 100-120g		Deser jogurtowy z jabłkiem i cynamonem 150g [6]	
Dgr. Pdb. s. Zajątkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt., sałatka z selera naciowego z ananasem 100g [6], sałata 10g, makowiec 70g Herbata 250ml	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka mini z selerem i oliwa z oliwek 130g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor b/s 70g, miód 25g, sałata 10g , jabłko z pieca 1 szt. Barszcz 250 ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g		serek szarlotka 150g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina miksowana 100g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt. [8], pomidor 50g, sałata 10g, makowiec 70g Herbata 250ml	Rosół z makaronem [1/2/8] 0 Bukiet warzyw z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina mielona 100g [1/5/7-10], miód 25g, jabłko z pieca 1 szt. 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
	jogurt 100g [6]		serek szarlotka 150g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6] Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt., sałatka z selera naciowego z ananasem 100g [6], sałata 10g, makowiec 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Rosół z makaronem [1/2/8] Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Bukiet warzyw z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], papryka 50g, ser żółty 40g [6], sałata 10 g , jabłko 1 szt. Barszcz 250 ml	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g		serek szarlotka 150g [6]	
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml Pieczywo pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g, makowiec 70g Barszcz 250 ml	Rosół z makaronem [1/2/8] Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Bukiet warzyw z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], mix warzyw z oliwą z oliwek 140g, jabłko z pieca 1 szt. Barszcz 250 ml	Energia: 2440 kcal, Białko 101, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 352g w tym cukry 45g, błonnik 51g, sól 5,7g
	Banan 1 szt 120-150g		Owsianka Dawtona 100g	

Dzieci	---	Rosół z makaronem [1/2/8]	---	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt., sałatka z selera naciowego z ananasem 100g [6], sałata 10g, ciasto makowiec 70g [1/2] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Bukiet warzyw z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor 70g, miód 25g, sałata 10 g , jabłko 1 szt. Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-150g		serek szarlotka 150 g [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Rosół z makaronem [1/2/8]	---	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] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g, makowiec 70g Herbata 250ml	Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Bukiet warzyw z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], mix warzyw z oliwą z oliwek 140g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	
	Banan 1 szt 120-150g		Owsianka Dawtona 100g	
PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt naturalny 150g [6]		serek szarlotka 150g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata 10g, makowiec 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Rosół z makaronem 350 ml [1/2/8] Grillowana pierś z indyka w duszonych warzywach 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g marchewka mini z selerem i oliwą z oliwek 130g [1/8] Kompot 250ml	---	Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g
	Banan 1 szt 120-150g		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g[1/5/7-10], pomidor b/s 70g, dżem 25g, sałata 10g, jabłko z pieca 1 szt. Herbata 250ml	
			serek szarlotka 150g [6]	
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	24.gru.24 - wtorek		Brodnica	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	Barszcz wigilijny z łązankami 250 ml [1/8]	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
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Twarożek ze szczypiorkiem 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g	Knedle z brzoskwinia 5 szt 300g [1/2], sos budyniowy 80g [1/6] Marchewka tarta z jabłkiem i jogurtem 130g [6]	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6]	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jabłko 150g		sałata z tuńczykiem i warzywami 130g [1/2/8]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	Barszcz wigilijny z łązankami 250 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] Twarożek ze szczypiorkiem 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g	Knedle z brzoskwinia 5 szt 300g [1/2], sos budyniowy 80g [1/6] Marchewka tarta z jabłkiem i jogurtem 130g [6]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6]	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jabłko 150g		sałatka z tuńczykiem i warzywami 130g [1/2/8]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	Barszcz wigilijny z łązankami 250 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] Twarożek ze szczypiorkiem 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g	Knedle z brzoskwinia 5 szt 300g [1/2], sos budyniowy 80g [1/6] Marchewka tarta z jabłkiem i jogurtem 130g [6]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6]	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	jabłko 150g + jogurt owocowy 100 g [6]		sałatka z tuńczykiem i warzywami 130g [1/2/8]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	Barszcz wigilijny z łązankami 250 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] Twarożek ze szczypiorkiem 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g	Knedle z brzoskwinia 5 szt 300g [1/2], sos budyniowy 80g [1/6] Marchewka tarta z jabłkiem i jogurtem 130g [6]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6]	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	jabłko 150g + jogurt owocowy 100 g [6]		sałatka z tuńczykiem i warzywami 130g [1/2/8]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	Barszcz wigilijny z łązankami 250 ml [1/8]	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6], Twarożek ze szczypiorkiem 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g	Knedle z brzoskwinia 5 szt 300g [1/2], sos budyniowy 80g [1/6] Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6]	
	Herbata rumiankowa 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Mus jabłkowy 150 g		sałatka z tuńczykiem i warzywami 130 g [1/2/8]	

Cukrzyca	Jogurt 100g [6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	Barszcz wigilijny z łażankami 250 ml [1/8]	Energia: 2437 kcal, Białko 121, Tłuszcze 84g w tym nasycone 7, węglowodany 265g w tym cukry 61g, błonnik 64g, sól 4,3g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło 10g [6], Twarożek ze szczypiorkiem 100g [6], pomidor 50g	Pierogi leniwe na słońce 10 szt 300g [1/5/7-10], masło 10g [6] Marchewka tarta z jabłkiem i jogurtem 130g [6]	Pieczywo razowe 100g [1], masło 10g [6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6] Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru	Kompot 250ml Bez Cukru	Herbata z cytryną 250ml Bez Cukru	
	Jabłko 150 g		sałatka z tuńczykiem i warzywami 130g [1/2/8]	
Ugr. Pob. s. Zabłądkowy	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	Barszcz wigilijny z łażankami 250 ml [1/8]	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6], Twarożek ze szczypiorkiem 100g [6], miód 25g, pomidor b/s 50g	Knedle z brzoskwinia 5 szt 300g [1/2], sos budyniowy 80g [1/6] Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g	pieczywo jasne pszenne 100g [1], masło 10g [6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6]	
	Herbata rumiankowa 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Mus jabłkowy 150g		sałatka z tuńczykiem i warzywami 130g [1/2/8]	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	Barszcz wigilijny z łażankami 250 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], masło 10g [6] Twarożek ze szczypiorkiem 100g [6], miód 25g, pomidor b/s 50g	Knedle z brzoskwinia 5 szt 300g [1/2], sos budyniowy 80g [1/6] Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g	pieczywo jasne 100g [1], masło 10g [6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6]	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Mus jabłkowy 150g		sałatka z tuńczykiem i warzywami 130g [1/2/8]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	Barszcz wigilijny z łażankami 250 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], masło 10g [6] Twarożek ze szczypiorkiem 100g [6], miód 25g, pomidor b/s 50g	Knedle z brzoskwinia 5 szt 300g [1/2], sos budyniowy 80g [1/6] Marchewka tarta z jabłkiem i jogurtem 130g [6]	pieczywo jasne 100g [1], masło 10g [6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6]	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jabłko 150g		sałatka z tuńczykiem i warzywami 130g [1/2/8]	
Bezmielczna	Zupa jarska 350 ml	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8]	Barszcz wigilijny z łażankami 250 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], masło 10g [6] jajko 2 szt. [2], miód 25g, pomidor 50g	Knedle z brzoskwinia 5 szt. 300 g [1/2], sos budyniowy na mleku owsianym 80g [1/5] Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g	pieczywo jasne 100g [1], masło 10g [6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6]	
	Herbata z cytryną 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	Jabłko z pieca 150g		sałatka z tuńczykiem i warzywami 130 g [1/2/8]	

Dzieci	Jogurt owocowy 100g [6] Pieczywo pszenne + 100g [1], masło10g[6] Twarożek ze szczypiorkiem 100g [6] , miód 25g, pomidor 50g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinią 5 szt 300g [1/2], sos budyniowy 80g [1/6] Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Barszcz wigilijny z łożankami 250 ml [1/8] pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6] Herbata z cytryną 250ml	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
	Jabłko 150g		serek waniliowy 150 g [6]	
Bezmleczna cukrzyca	Zupa jarska 350 ml Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] jajko 2 szt. [2], pomidor 50g Herbata rumiankowa 250ml	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8] Pierogi leniwe na słońcu 10 szt 300g [1/5/7-10], masło 10g [6] Brokuł gotowany z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Barszcz wigilijny z łożankami 250 ml [1/8] pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150 g [1/3/8], mandarynka 1 szt., ciasto sernik 70g [1/2/6] 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
	0		sałatka z tuńczykiem i warzywami 130g [1/2/8]	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8] Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Przetarta 500g [1/2/8] Kompot 250ml	Przetarta 500g [1/2/8] 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
	Jogurt 100/150g[6]		Serek waniliowy 150g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml [1/6] Pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] Wędlna 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, dżem 25g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa cukiniowa 350 ml [1/8] Knedle z brzoskwinią 5 szt 300g [1/2], sos budyniowy 80g [1/6] Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Barszcz wigilijny z łożankami 250 ml [1/8] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba na parze w warzywach z pomidorami 150g [1/3/8], mus mandarynkowy 100g , ciasto sernik 70g [1/2/6] 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
	Jabłko z pieca 150g		Serek waniliowy 150g	

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	23.gru.24 - poniedziałek	Brodnica		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa barszcz ukraiński 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],, miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2407 kcal, Białko 113g, Tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13g, węglowodany 275g w tym cukry 55g, błonnik 51g, sól 5,3g
	Jabłko 1 szt 150-200g		kefir 200g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6],dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],, miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko 1 szt 150-200g		kefir 200g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6],dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko 1 szt 150-200g + jogurt 100g[6]		kefir 200g [6]	
Wys. Białkowa (Binekalogia)	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6],dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko 1 szt 150-200g + jogurt 100g[6]		kefir 200g [6]	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6],dżem owocowy 20g,pomidor b/s 50g, sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Duszony seler z oliwą z oliwek [1/6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2373 kcal, białko: 114g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		kefir 200g [6]	

Cukrzyca	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], wędlina 40g [1/5/7-10], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6] Bez Cukru	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml Bez Cukru	--- pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], ser żółty 40g [6], pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml Bez Cukru	Energia: 2756 kcal, białko: 134g, tłuszcze 90g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 9g, węglowodany 280g w tym cukry 38g, błonnik 64g, sól 4,7g
	Jabłko 1 szt. 100-150g		kefir 200g [6]	
Ugr. Pub. s. Związkowy	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, pomidor b/s 50g, sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Duszony seler z oliwą z oliwek [1/6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2373 kcal, białko: 114g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		kefir 200g [6]	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, pomidor b/s 50g, sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Duszony seler z oliwą z oliwek [1/6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 70g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		kefir 200g [6]	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6], dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Kakao200ml [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Jabłko 1 szt. 100-150g		kefir 200g [6]	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], dżem 20g ,sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Herbata 250ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8] Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 70g, sałata10g Herbata 250ml	Energia: 2502 kcal, białko: 103g, tłuszcze 110g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 275g w tym cukry 31g, błonnik 29g, sól 4,3g
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		jogurt vege 150 g [6]	

Dzieci	Jogurt owocowy 100g [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8]	---	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] twarożek krajanka z jogurtem i koperkiem 100g [6],dżem owocowy 20g, sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], sałata 10g , Herbata 250ml	Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor 70g, sałata10g	
	Jabłko 1 szt 150-200g		kefir 200g [6]	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2502 kcal, białko: 103g, tłuszcze 110g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 275g w tym cukry 31g, błonnik 29g, sól 4,3g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10],sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] 120g [1/5/7-10], sałata 10g , Herbata 250ml	Sos boloński 180g [1/8], ryż paraboliczny 200g Mieszanka warzyw na parze - ogród hortex 150g [1/8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 140g, sałata10g	
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g		jogurt vege 150g [6]	

PAPKA	Przetarta 500g [1/2/8]	Przetarta + dodatek	Przetarta 500g [1/2/8]	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	Kakao200ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	Jogurt owocowy 150g [6]		kefir 200g [6]	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 300 ml [6] Jogurt 100g [6]	Zupa buraczkowa z ziemniakami 350ml [1/5/7/8]	---	Energia: 2483 kcal, białko: 118g, tłuszcze 95g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 14g, węglowodany 289g w tym cukry 52g, błonnik 32g, sól 5,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pień z indyka wędzona 40g [1/5/7-10], dżem owocowy 20g,pomidor b/s 50g, sałata 10g , Herbata 250ml	Gulasz ze schabu 100g/80g [1/8], ziemniaki 200g Duszony seler z oliwą z oliwek [1/6]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor b/s 70g, sałata10g Herbata 250ml	
	Jabłko z pieca 1 szt 150-200g			

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