

Dieta	19.sty.25 - niedziela	BRODNICA		
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2397 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 16, węglowodany 266g w tym cukry 59g, błonnik 47g, sól 4,5g
	Jogurt 100g [6]	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g	Pieczczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6]	
Lekkostrawna	Pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g	Duszona czerwona kapusta z dodatkiem jabłka 130g	Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem 100g [3/6], Pomidor 50g, sałata mix 10g	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Wys. Białkowa	<b>Jabłko 1 szt. 150g + herbatniki 1op 15g [1/2/6]</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	
	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
Jogurt 100g [6]	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]		
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g	Sałata z jogurtem 100g [6]	Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem 100g [3/6], Pomidor 50g, sałata mix 10g	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Niska Tłuszczowa	<b>Jabłko 1 szt. 150g + herbatniki 1op 15g [1/2/6]</b>		<b>skyr 125g[6]</b>	
	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
Jogurt 100g [6]	Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g	Deser jogurtowy z marakują 125g [6]		
Niska Tłuszczowa	Pieczczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6]	Sałata z jogurtem 100g [6]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	Kompot 250ml	wędlina 50g [1/5/7-10], dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g + herbatniki 1op 15g [1/2/6]</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6] ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2437 kcal, Białko 121, Tłuszcze 84g w tym nasycone 11, węglowodany 265g w tym cukry 61g, błonnik 64g, sól 4,9g
	Pieczyczo razowe 100g [1], masło 10g [6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g	Udka z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Duszona czerwona kapusta z dodatkiem jabłka 130g	Pieczyczo żytnie razowe 100g [1], masło 10g [6] Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem 100g [3/6], Pomidor 50g, sałata mix 10g	
	Kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>Jabłko 1 szt. 150g + pieczywo chrupkie 3szt.[1/6]</b>		<b>sok warzywny 300ml</b>	
Dgr. Pdb. s. Związkowy	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 12g, węglowodany 279g w tym cukry 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt 100g [6] Pieczyczo pszenne 100g [1], masło 10g [6] wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	Udka z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6]	pieczywo jasne pszenne 100g [1], masło 10g [6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem brzoskwinowy 25g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	Herbata 250ml <b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g + herbatniki 1op 15g [1/2/6]</b>	Kompot 250ml	<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	
Mielona	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt 100g [6] Pieczyczo pszenne 100g [1], masło 10g [6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina miksowana 70g 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Roladka wieprzowa ze schabu z warzywami (siekana) - pieczona 120g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Pirre z groszku 130g [1/6] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g [1], masło 10g [6] Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem 100g [3/6], Pomidor /B/S 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g + herbatniki 1op 15g [1/2/6]</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>		
Bogato Energetyczna	---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Jogurt 100g [6] Pieczyczo pszenne 100g [1], masło 10g [6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Udka z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g [1], masło 10g [6] Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem 100g [3/6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
<b>Jabłko 1 szt. 150g + herbatniki 1op 15g [1/2/6]</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>		
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml ---	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 9g
	Pieczyczo pszenne 100g [1], masło 10g [6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g	Udka z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10]	pieczywo jasne 100g [1], masło 10g [6] Pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 100g [2/3], Pomidor 50g, sałata mix 10g	
	Herbata 250ml <b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g + herbatniki 1op 15g [1/2/6]</b>	Kompot 250ml	Herbata 250ml <b>mus owocowy w tubce 100g</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6] --- Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] Pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem 100g [3/6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2016, Białko 106, Tłuszcze 65g w tym nasycone 11g, węglowodany 238g w tym cukry 60g, błonnik 28g, sól 4,8g
	<b>Jabłko 1 szt. 150g + herbatniki 1op 15g [1/2/6]</b>		<b>mus owocowy w tubce 100g</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml --- Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] pasztet domowy drobiowo-warzywny 70g [1/2/8] i wędlina 30g [1/5/7-10], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem 100g [2/3], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 17g, węglowodany 306g w tym cukry 81g, błonnik 42g, sól 9g
	<b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g + pieczywo chrupkie 3szt.</b>		<b>sok warzywny 300ml</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]  Kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Jogurt 100g [6]</b>	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek  Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8]  Herbata 250ml <b>mus owocowy w tubce 100g</b>	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 11g, węglowodany 250g w tym cukry 61g, błonnik 37g, sól 5g
	--- Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml <b>Jabłko z pieca 1 szt. 150g + herbatniki 1op 15g [1/2/6]</b>	Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8] Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], ziemniaczki 200g Sałata z jogurtem 100g [6] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml <b>mus owocowy w tubce 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		18.sty.25 - sobota			BRODNICA			
		ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )		OBIAD		KOLACJA + ( KOLACJA 21 )		WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]		Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]		---			Energia: 2707, Białko 147, Tłuszcze 85g w tym nasycone 7, węglowodany 315g w tym cukry 81g, błonnik 56g, sól 5g
	Pieczywo razowe 100g[1], masło 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [8/9] + ketchup + pomidor 50g + sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Pierogi ruskie 350g - 5szt [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., ogórek kiszony 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml		Jogurt z musem owocowym 125g [6]	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]		Zupa buraczkowa 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], masło 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [8/9] + ketchup + pomidor 50g + sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Pierogi ruskie 350g - 5szt [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml		Jogurt z musem owocowym 125g [6]	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]		Zupa buraczkowa 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] parówka z szynki 2 szt. [8/9] + ketchup + pomidor 50g + sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Pierogi ruskie 350g - 5szt [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml		Jogurt z musem owocowym 125g [6]	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]		Zupa buraczkowa 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], masło 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [8/9] + ketchup + pomidor 50g + sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]		Pierogi ruskie 350g - 5szt [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml		Jogurt z musem owocowym 125g [6]	
Niska Tłuszczowa	---		Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]		Deser jogurtowy z marakują 125g [6]			Energia: 2520, Białko 110, Tłuszcze 73g w tym nasycone 6, węglowodany 237g w tym cukry 109g, błonnik 38g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt, pomidor b/s 70g + sałata 10g Herbata 250ml		Potrawka z fileta z indyka w białym sosie z warzywami 200g [1/8], ziemniaczki 200g Cukinia gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] Kompot 250ml		Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Szynka drobiowa 50g [1/5/7-10], mus jabłkowy 100g, pomidor B/S 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml		Kisiel 180g	

Cukrzyca	Jogurt 100/150g [6]	Zupa buraczkowa 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 100g[1], masło 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [8/9] + ketchup + pomidor 50g + sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Pierogi ruskie 350g - 5szt [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., ogórek kiszony 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>ŚLIWKI 150g</b>		<b>Jogurt naturalny 150g [6]</b>	
Dgr. Pdb. s. Zakałkowy	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa buraczkowa 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], masło 10g[6] Wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt, pomidor b/s 70g + sałata 10g Herbata 250ml	Potrawka z fileta z indyka w białym sosie z warzywami 200g [1/8], ziemniaczki 200g Cukinia gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Szynka drobiowa 50g [1/5/7-10], mus jabłkowy 100g, pomidor B/S 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Kisiel 180g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa buraczkowa 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], masło 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [8/9] + ketchup + pomidor 50g + sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pierogi ruskie 350g - 5szt [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], pasta z jaj 70g 1 szt[2/2/6/9]., pomidor B/S 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Mus jabłko-banan 150g</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]	Zupa buraczkowa 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], masło 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [8/9] + ketchup + pomidor 50g + sałata 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pierogi ruskie 350g - 5szt [1/6] Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt [2]., ogórek kiszony 50g, mix sałat 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	
Bezmleczna	Kisiel 300ml	Zupa buraczkowa 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], masło 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [8/9] + ketchup + pomidor 50g + sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	Potrawka z fileta z indyka w białym sosie z warzywami 200g [1/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt.[2], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt wegański 100g [5]</b>	

Dzieci	Jogurt 100/150g [6]	Zupa buraczkowa 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], masło 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [8/9] + ketchup + pomidor 50g + sałata 10g	Potrąwka z fileta z indyka w białym sosie z warzywami 200g [1/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt., pomidor b/s 50g, mix sałat 10g	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa buraczkowa 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], masło 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [8/9] + ketchup + pomidor 50g + sałata 10g	Potrąwka z fileta z indyka w białym sosie z warzywami 200g [1/8], ziemniaczki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., Pomidor 50g, sałata mix 10g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Banan 150g</b>		<b>Jogurt wegański 100g [5]</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [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 100g [6]</b>		<b>Jogurt z musem owocowym 125g [6]</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	#ADR!	Zupa buraczkowa 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], masło 10g[6] Wędlna drobiowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt, pomidor b/s 70g + sałata 10g	Potrąwka z fileta z indyka w białym sosie z warzywami 200g [1/8], ziemniaczki 200g Cukinia gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8]	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Szynka drobiowa 50g [1/5/7-10], mus jabłkowy 100g, pomidor B/S 50g, mix sałat 10g	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
	<b>Galaretki 180g</b>		<b>Kisiel 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.25 - piątek	BRODNICA		
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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+ kajzerka 100g[1], masło 10g[6], twarożek z ziołami 100g (bazylia/ pietruszka/ koperek) [6], miód 25g ,jogurt do picia 200ml [6], sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Morszczuk smażony 120g[1/3/8] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze 120g [1]  Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Paszтет vegetariański 70g [1/2/5/8], serek deliser 2 szt [1/6] , Pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>pomarańcza 1 szt 150-170g</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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], masło 10g[6] twarożek z ziołami 100g (bazylia/ pietruszka/ koperek) [6], miód 25g , jogurt do picia 200ml [6], sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze 120g [1]  Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет vegetariański 70g [1/2/5/8], serek deliser 2 szt [1/6] , Pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>pomarańcza 1 szt 150-170g</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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], masło 10g[6] twarożek z ziołami 100g (bazylia/ pietruszka/ koperek) [6], miód 25g ,jogurt do picia 200ml [6], sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze 120g [1]  Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет vegetariański 70g [1/2/5/8], serek deliser 2 szt [1/6] , Pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>pomarańcza 1 szt 150-170g</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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], masło 10g[6] twarożek z ziołami 100g (bazylia/ pietruszka/ koperek) [6], miód 25g , jogurt do picia 200ml [6] , sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze 120g [1]  Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет vegetariański 70g [1/2/5/8], serek deliser 2 szt [1/6] , Pomidor 50g, roszonek 10g Herbata 250ml	
	<b>pomarańcza 1 szt 150-170g</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Niska Tłuszczowa	---	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	Deser jogurtowy z marakują 125g [6]	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], masło 10g[6] Szynka drobiowa 50g [ 1/5/7-10], miód 25g , jogurt naturalny 100ml [6] , sałata mix 10g Herbata czerwona 250ml	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Duszona marchewka 120g [1]  Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Szynka drobiowa 50g [ 1/5/7-10], dżem 20g , pomidor b/s 50g , sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>Jabłko z pieca 1 szt 120-150g</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100/150g [6]	Pomidorowa z makaronem 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 razowe , masło 10g[6], twarożek z ziołami 100g (bazylia/ pietruszka/ koperek) [6], wędlina 30g[1/5/7-10] , Jogurt naturalny 150g [6], sałata Kakao 260ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze 120g [1] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Paszтет wegetariański 70g [1/2/5/8], serek deliser 2 szt [1/6] , Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>pomarańcza 1 szt 150-170g</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Dgr. Pdb. s. Zakałkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]	---	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], masło 10g[6] Szynka drobiowa 50g [ 1/5/7-10], miód 25g , jogurt naturalny 100ml [6] , sałata mix 10g Herbata czerwona 250ml	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Duszona marchewka 120g [1] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Szynka drobiowa 50g [ 1/5/7-10], dżem 20g , pomidor b/s 50g , sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>Jabłko z pieca 1 szt 120-150g</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Mielna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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], masło 10g[6] twarożek z ziołami 100g (bazylia/ pietruszka/ koperek) [6], miód 25g , jogurt do picia 200ml [6], sałata mix 10g Kakao 200ml [6]	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze 120g [1] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет wegetariański 70g [1/2/5/8], serek deliser 2 szt [1/6] , Pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	<b>Jabłko z pieca 1 szt 120-150g</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Pomidorowa z makaronem 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], masło 10g[6] twarożek z ziołami 100g (bazylia/ pietruszka/ koperek) [6], miód 25g , jogurt do picia 200ml [6], sałata mix 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze 120g [1] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет wegetariański 70g [1/2/5/8], serek deliser 2 szt [1/6] , Pomidor 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	<b>pomarańcza 1 szt 150-170g</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml	Pomidorowa z makaronem 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], masło 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10]], miód 25g, pomidor 50g, mus tubka 100g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze 120g [1] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет wegetariański 70g [1/2/5/8], tuńczyk 70g [3], Pomidor B/S 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	
	<b>jogurt wegański 125g[7]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	



Dzieci	Jogurt 100/150g [6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło 10g[6] twarożek z ziołami 100g (bazylia/ pietruszka/ koperek) [6], miód 25g , jogurt do picia 200ml [6] , sałata mix 10g Kakao 260ml [6]	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze 120g [1] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет wegetariański 70g [1/2/5/8], serek deliser 2 szt [1/6] , Pomidor b/d 50g, rozspanka 10g Herbata 250ml	Energia: 2188, Białko 127, Tłuszcze 61g w tym nasycone 6, węglowodany 268g w tym cukry 87g, błonnik 33g, sól 5g
	<b>pomarańcza 1 szt 150-170g</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], masło 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, mus tubka 100g, sałata mix 10g Herbata czerwona 250ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Warzywa na parze 120g [1] Kompot 250ml	--- Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет wegetariański 70g [1/2/5/8], tuńczyk 70g [3], Pomidor B/S 50g, rozspanka 10g Herbata 250ml	Energia: 2205, Białko 84, Tłuszcze 75g w tym nasycone 5, węglowodany 276g w tym cukry 76g, błonnik 48g, sól 4,9g
	<b>jogurt wegański 125g[7]</b>		<b>sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8] Kakao 260ml [6] Jogurt do picia 200ml [6]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek Kompot 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml sok warzywny 300ml[1/8]	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, sól 5g
Chirurgiczna pooperacyjna	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] Szynka drobiowa 50g [ 1/5/7-10], miód 25g , jogurt naturalny 100ml [6] , sałata mix 10g Herbata 250ml Jabłko z pieca 1 szt 120-150g	Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8] Morszczuk na parze 120g[1/3/8] z sosem szpinakowo - ziołowym 80g [1] , ziemniaczki 200g Duszona marchewka 120g [1] Kompot 250ml	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] Szynka drobiowa 50g [ 1/5/7-10], dżem 20g , pomidor b/s 50g , sałata mix 10g Herbata 250ml sok marchewkowy z warzywami 300ml[8]	Energia: 2398, Białko 128, Tłuszcze 72g w tym nasycone 4, węglowodany 291g w tym cukry 91g, błonnik 38g, 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	16.sty.25 - czwartek		BRODNICA	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1,6]  Pieczywo razowe 100g[1], masło 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor 50g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/2/6/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g marchewka z groszkiem 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], jajko 1 szt [3], jabłko 1 szt, sałata mix 10g 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 naturalny150g [6]</b>		<b>Galaretką z owocami 180g</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor 50g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/2/6/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g marchewka z groszkiem 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt. [3], jabłko 1 szt, sałata mix 10g 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 naturalny150g [6]</b>		<b>Galaretką z owocami 180g</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor 50g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/2/6/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g marchewka z groszkiem 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt [3], jabłko 1 szt, sałata mix 10g 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 naturalny150g [6]</b>		<b>Serek waniliowy 150g [6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor 50g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/2/6/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g marchewka z groszkiem 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt [3], jabłko 1 szt, sałata mix 10g 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 naturalny150g [6]</b>		<b>Serek waniliowy 150g [6]</b>	
Niska Tłuszczowa	---  Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor B/S 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [1/2/6/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g szpinak duszony 120g[6/8/7]  Kompot 250ml	Deser jogurtowy z marakują 125g [6]  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jabłko z pieca 1 szt, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	<b>Jogurt naturalny150g [6]</b>		<b>Galaretką z owocami 180g</b>	

Cukrzyca	Pieczyno razowe 100g[1], masło 10g[6] Wędlna 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor 50g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Zupa jarzynowa 350ml [1/2/6/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g marchewka z groszkiem 130g[6/8/7]  Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	---  Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], ogórek 50g, jajko 1 szt [3], jabłko 1 szt , sałata mix 10g  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 naturalny150g [6]</b>		<b>Galaretką z owocami B/C180g</b>	
Dgr. Pob. s. Zależkowy	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlna 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor B/S 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [1/2/6/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g szpinak duszony 120g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jabłko z pieca 1 szt, sałata mix 10g Herbata 250ml	Energia: 2508, Białko 112, Tłuszcze 80g w tym nasycone 6, węglowodany 319g w tym cukry 76g, błonnik 27g, sól 5g
	<b>Jogurt naturalny150g [6]</b>		<b>Galaretką z owocami 180g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlna miksowana 50g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor B/S 50g, sałata Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/2/6/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g marchewka z groszkiem 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa mielona 60g [1/5/7-10], pomidor B/S 50g, pasta z jajek 50g [3], jabłko z pieca 1 szt. 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 naturalny150g [6]</b>		<b>Galaretką z owocami 180g</b>	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1,6]  Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlna 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor 50g, sałata 10g Kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa jarzynowa 350ml [1/2/6/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g marchewka z groszkiem 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt. [3], jabłko 1 szt, sałata mix 10g 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 naturalny150g [6]</b>		<b>Galaretką z owocami 180g</b>	
Bezmleczna	Kisiel 300ml  Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlna 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z warzywami 80g [1,9], Pomidor 50g, sałata 10g  Herbata 250ml	Zupa jarzynowa 350ml [1/2/6/8]  Potrawka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g marchewka z groszkiem 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], ogórek 50g, jajko 1 szt [3], jabłko z pieca 1 szt , sałata mix 10g  Herbata 250ml	Energia: 2540, Białko 97, Tłuszcze 90g w tym nasycone 9g, węglowodany 318g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 4,9g
	<b>Budyń z napoju owsianego 200g [1]</b>		<b>Galaretką z owocami 180g</b>	

Dzieci	---	Zupa jarzynowa 350ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2409 Białko 116, Tłuszcze 66g w tym nasycone 5, węglowodany 324g w tym cukry 71,1g, błonnik 29g, sól 5g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Potrąwka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g marchewka z groszkiem 130g[6/8/7] Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jajko 1 szt [3], jabłko 1 szt, sałata mix 10g Herbata 250ml	
	<b>Jogurt naturalny150g [6]</b>		<b>Galaretka z owocami 180g</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml	Zupa jarzynowa 350ml [1/2/6/8]	---	Energia: 2540, Białko 97, Tłuszcze 90g w tym nasycone 9g, węglowodany 318g w tym cukry 86g, błonnik 35g, sól 4,9g
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z dodatkiem jaj i ziół 80g [1-3] Pomidor 50g, sałata 10g Herbata 250ml	Potrąwka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g marchewka z groszkiem 130g[6/8/7] Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], ogórek 50g, jajko 1 szt [2], jabłko z pieca 1 szt , sałata mix Herbata 250ml	
	<b>Budyń z napoju owsianego 200g [1]</b>		<b>Galaretka z owocami b/c 180g</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [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 z mlekiem 250ml [1/6] <b>Jogurt naturalny150g [6]</b>	Kompot 250ml	Herbata 250ml <b>Galaretka do picia 180g</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml [1,6] ---	Zupa koper. z ziemniak. 350ml [1/2/6/8]	---	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], rama 10g[6] Wędlina 30g [1/5/7-10], Pasta z tuńczyka z twarogiem i ziołami 80g [1-3/6], Pomidor B/S 50g, sałata 10g Herbata 250ml <b>Jogurt naturalny150g [6]</b>	Potrąwka z fileta z indyka w sosie z warzywami 200g [1/8], ryż 200g szpinak duszony 120g[6/8/7] Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] szynka kanapkowa 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, jabłko z pieca 1 szt, sałata mix 10g Herbata 250ml <b>Galaretka z owocami 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.25 - środa	BRODNICA		
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, papryka 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]  Bigos tradycyjny ze słodkiej kapusty z wędzonką 320g [1/5-10] , ziemniaki 200g 0  Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe 100g [1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/10], sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Energia: 2255,5kcal, Białko 111,1, Tłuszcze 79,5g w tym nasycone 17,3, węglowodany 274g w tym cukry 73,5g, błonnik 35,8g, sól 5g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]  Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/10], sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]  Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/10], sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	<b>Banan 1 szt.+ jogurt naturalny 100g</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]  pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]  Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1] Kompot 250ml	---  Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/10], sałata lodowa 30g Herbata 250ml	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	<b>Banan 1 szt.+ jogurt naturalny 100g</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Niska Tłuszczowa	---  pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],jogurt naturalny 100g [6], pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa grysikowa 350g [1/8]  Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1] Kompot 250ml	Deser jogurtowy z marakują 125g [6]  Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem 20g, sałata lodowa 30g  Herbata 250ml	Energia: 2393 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 14, węglowodany 289g w tym cukry 82g, błonnik 29g, sól 5,4g
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2467 kcal, Białko 115, Tłuszcze 99g w tym nasycone 19, węglowodany 279g w tym cukry 69g, błonnik 57g, sól 5,3g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 50g, papryka 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	Pieczywo razowe 100g [1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/10], sałata lodowa 30g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
	<b>Pomarańcza 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Dgr. Pdb. s. Zakałkowy	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2393 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 14, węglowodany 289g w tym cukry 82g, błonnik 29g, sól 5,4g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],jogurt naturalny 100g [6], pomidor b/s 50g, roszponka 10g Herbata 250ml	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem 20g, sałata lodowa 30g  Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/10], sałata lodowa 30g pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>skyr owocowy 125g [6]</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1] Kompot 250ml	Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/10], sałata lodowa 30g Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Bezmleczna	Zupa jarska 350ml	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2393 kcal, Białko 104, Tłuszcze 97g w tym nasycone 16, węglowodany 276g w tym cukry 54g, błonnik 53g, sól 4,9g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g  Herbata 250ml	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1]  Kompot 250ml	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/10], sałata lodowa 30g  Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	

Dzieci	---	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1]	Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/10], sałata lodowa 30g	
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Mus owocowy tubka 100g</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2393 kcal, Białko 104, Tłuszcze 92g w tym nasycone 16, węglowodany 276g w tym cukry 54g, błonnik 53g, sól 4,9g
	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 50g, papryka 50g, roszponka 10g	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1]	Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka jarzynowa 100g [2/8/10], sałata lodowa 30g	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Banan 1 szt.</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 150g [6]</b>		<b>Sok pomidorowy 300 ml</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],jogurt naturalny 100g [6], pomidor b/s 50g, roszponka 10g	Zupa grysikowa 350g [1/8]	---	Energia: 2264 kcal, Białko 109, Tłuszcze 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sól 5,3g
	Herbata 250ml	Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g surówka z buraczka z olejem rzepakowym i jabłkiem 130g [1]	pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],jogurt naturalny 100g [6], pomidor b/s 50g, roszponka 10g	
	<b>Banan 1 szt.</b>	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
			<b>Kisiel 300 ml</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	14.sty.25 - wtorek		BRODNICA	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata roszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa z soczewicy 350 ml [1/5/7-10]  Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  Kompot 250ml	---  Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], sałatka z brokuła z orzechami 100g [7], sałata mix 10g  Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2397 kcal, Białko 118, Tłuszcze 85g w tym nasycone 6, węglowodany 266g w tym cukry 59g, błonnik 47g, sól 4,8g
	<b>Pomarańcza 150-170g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata roszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]  Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], sałatka z brokuła z orzechami 100g [7], 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 150-170g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata roszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]  Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], sałatka z brokuła z orzechami 100g [7] , 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>Jogurt 100g [6] +Pomarańcza 150-170g</b>		<b>budyń waniliowy 200ml[1/6]</b>	
Wys. Białkowa (Ginekologia)	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata roszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]  Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], sałatka z brokuła z orzechami 100g [7], 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>Jogurt 100g [6] + Pomarańcza 150-170g</b>		<b>budyń waniliowy 200ml[1/6]</b>	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] połudwica drobiowa 50g [1/5/7-10], jogurt naturalny 100g [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]  Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], miód 25g, Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g 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>Jabłko pieczone 1szt. 180-200g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	



Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]	---	Energia: 2437 kcal, Białko 121, Tłuszcze 84g w tym nasycone7, węglowodany 265g w tym cukty 61g, błonnik 64g, sól 4,3g
	Pieczyczo razowe + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata rozszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]	Pieczyczo razowe 100g [1], masło10g[6] polędwica sopocka 50g [1/5/7-10], sałatka z brokuła z orzechami 100g [7] , sałata mix 10g	
	<b>Pomarańcza 150-170g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Dgr. Pob. s. Złotokawowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]	---	Energia: 2213 kcal, Białko 109g, Tłuszcze 66g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 7g, węglowodany 279g w tym cukty 66g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczyczo pszenne + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] polędwica drobiowa 50g [1/5/7-10], jogurt naturalny 100g [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]	piezyczo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 50g [1/5/7-10], miód 25g, Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g	
	<b>Jabłko pieczone 1szt. 180-200g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Mielona	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukty 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczyczo pszenne + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], waniliowy 100g[6], pomidor b/s 50g, sałata rozszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Pulpet z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]	piezyczo jasne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g	
	<b>Jabłko pieczone 1szt. 180-200g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]	---	Energia: 2254 kcal, Białko 118g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 250g w tym cukty 61g, błonnik 37g, sól 5g
	Pieczyczo pszenne + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata rozszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]	piezyczo jasne 100g[1], masło10g[6] polędwica sopocka 50g [1/5/7-10], sałatka z brokuła z orzechami 100g [7], sałata mix 10g	
	<b>Jogurt naturalny 100g [6] + Pomarańcza 150-170g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Bezmielczna	Kisiel 300ml	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]	---	Energia: 2409 kcal, Białko 110g, Tłuszcze 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 5g, węglowodany 306g w tym cukty 81g, błonnik 42g, sól 5g
	Pieczyczo pszenne + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], pasztecik drobiowy 70g [1/2/6/8], sałatka z selera gotowanego z szynką 80g [1/5/7-10], sałata rozszponka 10g Herbata 250ml	Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]	piezyczo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],sałatka z brokuła z orzechami 100g [7] , sałata mix 10g	
	<b>Jabłko pieczone 1szt. 180-200g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	

Dzieci	Jogurt 100g [6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata roszponka 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]  Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], sałatka z brokuła z orzechami 100g [7] , sałata mix 10g  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
	<b>Pomarańcza 150-170g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Kisiel 300ml Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło 10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], pasztecik drobiowy 70g [1/2/6/8],sałatka z selera gotowanego z szynką 80g [1/5/7- 10], sałata roszonek 10g Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]  Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], sałatka z brokuła z orzechami 100g [7] , 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 1szt. 180-200g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	

PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]  kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek  Kompot 250ml	Przetarta 500ml [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
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 100g</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6] Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6] połudwica drobiowa 50g [1/5/7-10], jogurt naturalny 100g [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g kawa z mlekiem 250ml [1/6]	Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8]  Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]  Kompot 250ml	---  pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], miód 25g, Pomidor B/S 50g, 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>Jabłko pieczone 1szt. 180-200g</b>		<b>mus warzywno owocowy tubka 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	13.sty.25 - poniedziałek		BRODNICA	
	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )	OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo razowe 100g[1], masło 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Zupa ogórkowa na wędzonce 350 ml [1/2/8]  Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	---  pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Śledzik z sosem jogurtowym 50g/50g [3/8], wędlina 30g [1/5/7-10], Jabłko 1 szt., pomidor 50g Herbata 250ml	Energia: 2535 kcal, Białko 124g, Tłuszcze 90g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30,2g, węglowodany 250g w tym cukry 32,8g, błonnik 52g, sól 6,3g
	<b>Galaretką 180g</b>		<b>Deser jogurtowy z marakują 125g [6]</b>	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] wędlna 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8]  Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 100g 50g/50g [1/3/8], wędlna 30g[1/5/7-10], Jabłko 1 szt., pomidor 50g 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>Galaretką 180g</b>		<b>Deser jogurtowy z marakują 125g [6]</b>	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] wędlna 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8]  Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 100g 50g/50g [1/3/8], wędlna 30g[1/5/7-10], Jabłko 1 szt., pomidor 50g 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 owocowy 150g [6]</b>		<b>Deser jogurtowy z marakują 125g [6]</b>	
Wys. Białkowa (Binekalogia)	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] wędlna 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8]  Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 100g 50g/50g [1/3/8], wędlna 30g[1/5/7-10], Jabłko 1 szt., pomidor 50g 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 owocowy 150g [6]</b>		<b>Deser jogurtowy z marakują 125g [6]</b>	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] wędlna 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 50g , rukola 10g Herbata 250ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8]  Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Seler z koperkiem i oliwą z oliwek 130g [8] Kompot 250ml	---  pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlna 50g [1/5/7-10], pasta z suszonych pomidorów z warzywami 80g [8]+ herbatniki 1 op 15g [1/2/6] 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>Galaretką 180g</b>		<b>Deser jogurtowy z marakują 125g [6]</b>	

Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2756 kcal, białko: 134g, tłuszcze 101g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 9g, węglowodany 230g w tym cukry 38g, błonnik 64g, sól 4,7g
	pieczywo razowe 100g[1], masło 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g , rukola 10g Kakao 200ml <b>Bez Cukru</b>	Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] Śledzik z sosem jogurtowym 50g/50g [3/8], wędlina 30g [1/5/7-10], Jabłko 1 szt., pomidor 50g Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>	
Dgr. Pdb. s. Zakałkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8]	---	Energia: 2437 kcal, białko: 114g, tłuszcze 85g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 8g, węglowodany 288g w tym cukry 70g, błonnik 29g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 50g , rukola 10g Herbata 250ml	Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Seler z koperkiem i oliwą z oliwek 130g [8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z suszonych pomidorów z warzywami 80g [8]+ herbatniki 1 op 15g [1/2/6] Herbata 250ml	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]	Zupa selerowa 350 ml [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], masło 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Seler z koperkiem i oliwą z oliwek 130g [8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 100g 50g/50g [1/3/8], wędlina 30g[1/5/7-10], mus jabłkowy 120g, pomidor 50g Herbata 250ml	
Bogatą Energetyczną	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6]	Zupa ogórkowa na wędzonce 350 ml [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], masło 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 100g 50g/50g [1/3/8], wędlina 30g[1/5/7-10], Jabłko 1 szt., pomidor 50g Herbata 250ml	
Bezmielczna	Zupa jarska 350ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8]	---	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], masło 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], jogurt wegański 120g, pomidor 50g, rukola10g Herbata 250ml	Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 100g 50g/50g [1/3/8], wędlina 30g[1/5/7-10], Jabłko z pieca 1 szt., pomidor 50g Herbata 250ml	

Dzieci	Jogurt 100g [6]	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8]	---	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], masło 10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor 50g , rukola 10g	Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 40g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata 10g	
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Galaretka 180g</b>		<b>Deser jogurtowy z marakują 125g [6]</b>	
Bezmielczna cukrzyca	Zupa jarska 350ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8]	---	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], masło 10g[6] wędlina 60g [1/5/7-10], jogurt wegański 120g, pomidor 50g, rukola10g	Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 100g 50g/50g [1/3/8], wędlina 30g[1/5/7-10], jabłko z pieca 1 szt., sałata	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Galaretka B/C 180g</b>		<b>sok warzywny 300ml[8]</b>	
PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek	Przetarta 500ml [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
	Kakao 200ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Jogurt 100g [6]</b>		<b>Deser jogurtowy z marakują 125g [6]</b>	
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6] Jogurt 100g [6]	Zupa selerowa 350 ml [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], rama10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 50g , rukola 10g	Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym 180g [1/2/8], kasza bulgur 200g [1] Seler z koperkiem i oliwą z oliwek 130g [8]	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z suszonych pomidorów z warzywami 80g [8]+ herbatniki 1 op 15g [1/2/6]	
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
	<b>Galaretka 180g</b>		<b>Deser jogurtowy z marakują 125g [6]</b>	
<b>Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"</b>				

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

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