

Jadłospis dekadowy 28.11-7.12.2023 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

28.11.2023 wtorek	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku 400ml(MLE) ser żółty 20g(MLE) szynka złocista 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza jaglana na mleku 400ml(MLE) szynka złocista 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza jaglana na mleku 400ml(MLE) ser żółty 20g(MLE) szynka złocista 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml owoc 1szt	Kasza jaglana na mleku 400ml(MLE) szynka złocista 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza jaglana na mleku 400ml(MLE) szynka złocista 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) szynka złocista 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR**) Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) Mięso gotowane 50g pomidor 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i białkiem jaj 30g(JAJ)			
OBIAD	Zupa owsiankowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) Surówka z ogórka kiszzonego 150g owoc 1szt Kompot owocowy 250ml	Zupa owsiankowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa owsiankowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) Surówka z ogórka kiszzonego 150g kompot owocowy b/cukru 250ml: PODWIECZOREK:jogurt nat 1szt (MLE)	Zupa owsiankowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa owsiankowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa owsiankowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki 180g Jaja sadzone 100g(JAJ) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK rehabilitacja	jogurt nat 1szt (MLE)						
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g połędwica sopocka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica sopocka 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsno-warzywna 50g sałata 35g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok pomidorowy 100% 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
WARTOŚĆ ODZYWCZA	Wartość energetyczna 2175 kcal Białko ogółem 86.42 g Tłuszcz 57.84 g Węglowodany ogółem 342.03 g Błonnik pokarmowy 31.74 g Sód 3757.51 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.89 g Glukoza 10.94 g Frukttoza 22.85 g Sacharoza 25.31 g Laktoza 14.16 g	Wartość energetyczna 2022 kcal Białko ogółem 83.92 g Tłuszcz 46.88 g Węglowodany ogółem 331.83 g Błonnik pokarmowy 32.75 g Sód 2581.81 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.23 g Glukoza 9.55 g Frukttoza 16.10 g Sacharoza 24.50 g Laktoza 14.14 g	Wartość energetyczna 2310 kcal Białko ogółem 101.35 g Tłuszcz 70.81 g Węglowodany ogółem 338.79 g Błonnik pokarmowy 44.09 g Sód 4031.75 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.14 g Glukoza 6.29 g Frukttoza 11.93 g Sacharoza 14.22 g Laktoza 18.98 g	Wartość energetyczna 2153 kcal Białko ogółem 90.18 g Tłuszcz 50.43 g Węglowodany ogółem 351.07 g Błonnik pokarmowy 33.70 g Sód 2803.41 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.01 g Glukoza 9.55 g Frukttoza 16.10 g Sacharoza 24.68 g Laktoza 14.15 g	Wartość energetyczna 2054 kcal Białko ogółem 90.76 g Tłuszcz 47.52 g Węglowodany ogółem 331.87 g Błonnik pokarmowy 32.75 g Sód 2826.61 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.43 g Glukoza 9.55 g Frukttoza 16.10 g Sacharoza 24.54 g Laktoza 14.14 g	Wartość energetyczna 2091 kcal Białko ogółem 75.67 g Tłuszcz 49.68 g Węglowodany ogółem 351.83 g Błonnik pokarmowy 34.29 g Sód 2481.60 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.23 g Glukoza 9.38 g Frukttoza 15.67 g Sacharoza 44.03 g Laktoza 0.10 g	Wartość energetyczna 2169 kcal Białko ogółem 59.59 g Tłuszcz 84.65 g Węglowodany ogółem 305.54 g Błonnik pokarmowy 32.77 g Sód 1976.70 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.14 g Glukoza 17.40 g Frukttoza 26.72 g Sacharoza 42.51 g Laktoza 0.10 g

**Alergeny:** GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych  
SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

**GOMI Sp. z o.o.**  
ul. Modrzewiowa 4  
24-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171540244 Regon:430973280

Diana Majczyńska  
mgr dietetyki

mgr Agata Birus  
Apple Birus  
Dietetyk

Jadłospis dekadowy 28.11-7.12.2023 dla Szpitala w Międzyrzeczu Podlaskim

29.11.2023 środa	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	ryż na mleku 400ml( MLE) Szynka mozaikowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) sałata 35g Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	ryż na mleku 400ml( MLE) Szynka mozaikowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g(GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	ryż na mleku 400ml( MLE) Szynka mozaikowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR R*) sałata 35g Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml owoc 1szt	ryż na mleku 400ml( MLE) Szynka mozaikowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	ryż na mleku 400ml( MLE) Szynka mozaikowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) kefir naturalny 200g (MLE) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) Szynka mozaikowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR R*) Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) mięso gotowane 50g sałata 35g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml owoc 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem 30g( MLE)	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem 30g( MLE)			
OBIAD	kapuśniak z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) gulasz wieprzowy 150g (GLU) surówka z buraka i jabłka 150g owoc 1szt Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) gulasz wieprzowy 150g (GLU) surówka z buraka i jabłka 150g CHIRURGIA: buraczki gotowane 150g(GLU) kompot owocowy 250ml	kapuśniak z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) gulasz wieprzowy 150g (GLU) surówka z buraka i jabłka 150g kompot owocowy b/cukru 250ml PODWIECZOREK: kefir naturalny 200g (MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (SEL) ziemniaki 180g gulasz wieprzowy 150g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 180g gulasz wieprzowy 150g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (SEL) ziemniaki 180g gulasz wieprzowy 150g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (SEL) ziemniaki 180g bitka wieprzowa z szynki duszona 100g buraczki gotowane 150g(G kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK rehabilitacja	kefir naturalny 200g (MLE)						
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta rybna 50g(RYB) ogórek kiszony 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta rybna 50g(RYB) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta rybna 50g(RYB) ogórek kiszony 50g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka z indyka 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GO R*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsno-warzywna 50g sałata 35g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 40g	Chrupki kukurydziane 40g
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	Wartość energetyczna 2249 kcal Bi- alko ogółem 82.60 g Tłuszcz 53.72 g Węglowodany ogółem 374.47 g Błonnik pokarmowy 34.16 g Sód 2703.46 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.08 g Glukoza 9.69 g Fruktaza 22.66 g Sacharoza 34.88 g Laktoza 18.94 g	Wartość energetyczna 2139 kcal Bi- alko ogółem 81.03 g Tłuszcz 53.06 g Węglowodany ogółem 348.21 g Błonnik pokarmowy 29.69 g Sód 2217.57 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.00 g Glukoza 6.83 g Fruktaza 14.74 g Sacharoza 31.28 g Laktoza 18.94 g	Wartość energetyczna 2372 kcal Bi- alko ogółem 99.02 g Tłuszcz 64.18 g Węglowodany ogółem 373.15 g Błonnik pokarmowy 47.51 g Sód 3300.20 mg Kwasy tłuszczowe nasy- cone ogółem 16.56 g Glukoza 6.09 g Fruktaza 12.94 g Sacharoza 22.34 g Laktoza 26.04 g	Wartość energetyczna 2016 kcal Bi- alko ogółem 91.34 g Tłuszcz 43.85 g Węglowodany ogółem 327.74 g Błonnik pokarmowy 28.22 g Sód 2729.07 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.43 g Glukoza 5.36 g Fruktaza 11.43 g Sacharoza 33.69 g Laktoza 19.88 g	Wartość energetyczna 2018 kcal Bi- alko ogółem 98.11 g Tłuszcz 45.71 g Węglowodany ogółem 317.10 g Błonnik pokarmowy 27.27 g Sód 2882.07 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.49 g Glukoza 5.36 g Fruktaza 11.43 g Sacharoza 33.55 g Laktoza 27.14 g	Wartość energetyczna 2002 kcal Bi- alko ogółem 72.15 g Tłuszcz 41.71 g Węglowodany ogółem 350.26 g Błonnik pokarmowy 32.61 g Sód 2376.26 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.04 g Glukoza 5.70 g Fruktaza 11.60 g Sacharoza 51.70 g Laktoza 0.10 g	Wartość energetyczna 2001 kcal Bi- alko ogółem 71.33 g Tłuszcz 52.10 g Węglowodany ogółem 324.32 g Błonnik pokarmowy 31.34 g Sód 1859.91 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8.41 g Glukoza 13.15 g Fruktaza 22.15 g Sacharoza 49.09 g Laktoza 0.04 g

Diana Majczyzna

mgr dietetyki

GOMI Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
24-320 Poniatowa

tel./fax (81) 820-43-38

NIP:7171540244 Regon:430973280

mgr Agata Birus  
Agata Birus  
Dietetyk

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych

SEL- seler GOR-gorzycza SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 28.11-7.12.2023 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

30.11.2023 czwartek	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml(GLU, MLE) jaja 1szt(JAJ) sos tatarski 20g(MLE) Salata 35g Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml(GLU, MLE) jaja 1szt(JAJ) sos tatarski 20g(MLE) Salata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml(GLU, MLE) jaja 1szt(JAJ) sos tatarski 20g(MLE) Salata 35g Pieczywo razowe 120g (GLU)masło ekstra 10g (MLE)herbata b/cukru 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml(GLU, MLE) szynka konserwowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) salata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU)masło ekstra 10g (MLE)herbata 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml(GLU, MLE) szynka konserwowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) salata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU)masło ekstra 10g (MLE)herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) szynka konserwowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 120g (GLU)masło ekstra 10g (MLE)herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) jaja 2szt(JAJ) Salata 35g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE)herbata 250ml owoc 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i białkiem jaj 30g(JAJ)			
OBIAD	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) Ziemniaki 180g udko z kurczaka pieczone 150g(GOR) marchewka gotowana z groszkiem 150g (GLU) Kompot owocowy 250ml owoc 1szt	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) Ziemniaki 180g udko z kurczaka gotowane 150g marchewka gotowana z groszkiem 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) Ziemniaki 180g udko z kurczaka gotowane 150g surówka z marchwi z olejem 150g kompot owocowy b/cukru 250ml PODWIECZOREK:maślanka 150ml (MLE)	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) Ziemniaki 180g udko z kurczaka gotowane 150g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) Ziemniaki 180g udko z kurczaka gotowane 150g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) Ziemniaki 180g udko z kurczaka gotowane 150g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) Ziemniaki 180g udko z kurczaka gotowane 150g marchewka gotowana 150g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK rehabilitacja	maślanka 150ml (MLE)						
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasztet drobiowy z formy 50g (GLU,SEL) ogórek świeży 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasztet drobiowy z formy 50g (GLU,SEL) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasztet drobiowy z formy 50g (GLU,SEL) ogórek świeży 50g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i salata (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 120g(GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka z kurcząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka z kurcząt 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka z kurcząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) mięso gotowane 50g pomidor 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Wafle ryżowe 40g	Wafle ryżowe 40g
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	Wartość energetyczna 2247 kcal Białko ogółem 89.34 g Tłuszcz 64.39 g Węglowodany ogółem 343.58 g Błonnik pokarmowy 33.31 g Sód 2142.33 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.47 g Glukoza 10.12 g Fruktaza 21.02 g Sacharoza 29.64 g Laktoza 18.94 g	Wartość energetyczna 2175 kcal Białko ogółem 88.84 g Tłuszcz 63.84 g Węglowodany ogółem 326.03 g Błonnik pokarmowy 30.66 g Sód 2137.83 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.42 g Glukoza 7.37 g Fruktaza 13.32 g Sacharoza 26.19 g Laktoza 18.94 g	Wartość energetyczna 2404 kcal Białko ogółem 101.80 g Tłuszcz 81.24 g Węglowodany ogółem 339.83 g Błonnik pokarmowy 44.66 g Sód 2893.67 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.27 g Glukoza 6.70 g Fruktaza 13.28 g Sacharoza 16.83 g Laktoza 18.96 g	Wartość energetyczna 2153 kcal Białko ogółem 97.21 g Tłuszcz 53.57 g Węglowodany ogółem 335.26 g Błonnik pokarmowy 30.11 g Sód 2480.13 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.26 g Glukoza 7.35 g Fruktaza 13.30 g Sacharoza 26.00 g Laktoza 18.95 g	Wartość energetyczna 2054 kcal Białko ogółem 97.79 g Tłuszcz 50.66 g Węglowodany ogółem 316.06 g Błonnik pokarmowy 29.16 g Sód 2503.33 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.68 g Glukoza 7.35 g Fruktaza 13.30 g Sacharoza 25.86 g Laktoza 18.94 g	Wartość energetyczna 2162 kcal Białko ogółem 79.97 g Tłuszcz 50.96 g Węglowodany ogółem 360.24 g Błonnik pokarmowy 29.96 g Sód 2157.02 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.56 g Glukoza 7.18 g Fruktaza 12.87 g Sacharoza 43.69 g Laktoza 0.10 g	Wartość energetyczna 2298 kcal Białko ogółem 76.42 g Tłuszcz 79.25 g Węglowodany ogółem 331.04 g Błonnik pokarmowy 28.96 g Sód 1757.64 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.05 g Glukoza 14.84 g Fruktaza 23.60 g Sacharoza 38.29 g Laktoza 0.10 g

Diana Majczyzna  
mgr dietetyki

mgr Agata Birus  
Agata Birus  
Dietetyk

GOMI Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
24-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171540244 Regon:430973280

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych

SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 28.11-7.12.2023 dla Szpitala w Międzyrzeczu Podlaskim

1.12.2023 piątek	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) Dżem owocowy 20g Szynka kanapkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) Dżem owocowy 20g Szynka kanapkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) Szynka kanapkowa 50g( GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml owoc 1szt	Kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) Dżem owocowy 20g Szynka kanapkowa 30g( GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) Dżem owocowy 20g Szynka kanapkowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) Dżem owocowy 50g Szynka kanapkowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) Dżem owocowy 50g pasta mięsna 50g pomidor 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem 30g( JAJ)	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i białkiem jaj 30( JAJ)			
OBIAD	Zupa koperkowa z makaronem 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g kotlet rybny pieczony 100g(1,3,4) surówka z kiszzonej kapusty 150g Kompot owocowy 250ml owoc 1szt	Zupa koperkowa z makaronem 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pulpet rybny pieczony 100g(1,3,4) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pulpet rybny pieczony 100g(1,3,4) surówka z kiszzonej kapusty 150g kompot owocowy b/cukru 250ml PODWIECZOREK:Sok pomidorowy 100% 150ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pulpet rybny pieczony 100g(1,3,4) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pulpet rybny pieczony 100g(1,3,4) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pulpet rybny pieczony 100g(1,3,4) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym 400ml (SEL) Ziemniaki 180g ryba parowana 100g(4) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK rehabilitacja	Sok pomidorowy 100% 150ml						
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) ser żółty 50g (MLE) ogórek kiszony 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) ser biały 50g(MLE) Sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) ser żółty 50g (MLE) ogórek kiszony 50g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) ser biały 50g(MLE) Sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) ser biały 70g(MLE) Sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) mięso gotowane 50g sałata 35g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pehnoziarniste 40g	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Chrupki kukurydziane 40g
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	Wartość energetyczna 2429 kcal Białko ogółem 83.12 g Tłuszcz 75.72 g Węglowodany ogółem 370.55 g Błonnik pokarmowy 31.45 g Sód 3008.72 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.16 g Glukoza 9.79 g Frukttoza 21.70 g Sacharoza 29.74 g Laktoza 14.59 g	Wartość energetyczna 2124 kcal Białko ogółem 82.60 g Tłuszcz 44.56 g Węglowodany ogółem 363.46 g Błonnik pokarmowy 28.95 g Sód 1831.19 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.29 g Glukoza 6.83 g Frukttoza 12.85 g Sacharoza 26.03 g Laktoza 16.42 g	Wartość energetyczna 2385 kcal Białko ogółem 97.39 g Tłuszcz 74.36 g Węglowodany ogółem 355.64 g Błonnik pokarmowy 47.54 g Sód 3742.26 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.45 g Glukoza 7.91 g Frukttoza 14.30 g Sacharoza 13.18 g Laktoza 14.21 g	Wartość energetyczna 2255 kcal Białko ogółem 88.86 g Tłuszcz 48.11 g Węglowodany ogółem 382.70 g Błonnik pokarmowy 29.90 g Sód 2052.79 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.07 g Glukoza 6.83 g Frukttoza 12.85 g Sacharoza 26.21 g Laktoza 16.43 g	Wartość energetyczna 2161 kcal Białko ogółem 89.98 g Tłuszcz 44.98 g Węglowodany ogółem 364.18 g Błonnik pokarmowy 28.95 g Sód 1961.79 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.45 g Glukoza 6.83 g Frukttoza 12.85 g Sacharoza 26.05 g Laktoza 17.04 g	Wartość energetyczna 2181 kcal Białko ogółem 72.88 g Tłuszcz 47.98 g Węglowodany ogółem 378.95 g Błonnik pokarmowy 28.94 g Sód 2006.06 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.39 g Glukoza 6.63 g Frukttoza 12.42 g Sacharoza 45.49 g Laktoza 0.51 g	Wartość energetyczna 2062 kcal Białko ogółem 63.20 g Tłuszcz 64.74 g Węglowodany ogółem 318.72 g Błonnik pokarmowy 29.64 g Sód 2151.26 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.85 g Glukoza 17.31 g Frukttoza 26.84 g Sacharoza 40.23 g Laktoza 0.11 g

Diana Majczyna  
mgr dietetyki

GOMI Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
24-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171540244 Regon:430973280

mgr Agata Birus  
Agata Birus  
Dietetyk

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE-mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych  
SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 28.11-7.12.2023 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

3.12.2023 niedziela	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) parówka 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ketchup 20g(SEL) Sałata 35g Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) parówka 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ketchup 20g(SEL) Sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) parówka 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ketchup 20g(SEL) Sałata 35g Pieczywo razowe 120g(GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Szynka miódowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Szynka miódowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) Szynka miódowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) jaja 2szt(JAJ) Sałata 35g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE)i jajkiem 30g( JAJ)	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i białkiem jaj 30( JAJ)			
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g bitka wieprzowa z szynki duszona 100g w sosie własnym 100g(GLU) Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot owocowy 250ml owoc 1szt	Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g bitka wieprzowa z szynki duszona 100g w sosie własnym 100g(GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) Kompot owocowy 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g bitka wieprzowa z szynki duszona 100g w sosie własnym 100g(GLU) Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot owocowy b/cukru 250ml PODWIECZOREK: Maślanka 150ml (MLE)	Zupa dziadowska z natką pietruszki z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g bitka wieprzowa z szynki duszona 100g w sosie własnym 100g(GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) Kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g bitka wieprzowa z szynki duszona 100g w sosie własnym 100g(GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) Kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g bitka wieprzowa z szynki duszona 100g w sosie własnym 100g(GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) Kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki z makaone bezglutenowym z natką pietruszki 400ml ( SEL) ziemniaki 180g bitka wieprzowa z szynki duszona 100g buraczki gotowane 150g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK rehabilitacja	Maślanka 150ml (MLE)						
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 50g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 120g(GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 50g (MLE) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g(GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 70g (MLE) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g pomidor 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok pomidorowy 100% 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	Wartość energetyczna 2264 kcal Białko ogółem 87.92 g Tłuszcz 67.14 g Węglowodany ogółem 344.86 g Błonnik pokarmowy 31.81 g Sód 2658.21 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.73 g Glukoza 12.22 g Fruktaza 23.22 g Sacharoza 32.73 g Laktoza 16.41 g	Wartość energetyczna 2153 kcal Białko ogółem 87.60 g Tłuszcz 61.31 g Węglowodany ogółem 328.54 g Błonnik pokarmowy 27.96 g Sód 2696.61 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.30 g Glukoza 6.37 g Fruktaza 12.47 g Sacharoza 37.28 g Laktoza 16.41 g	Wartość energetyczna 2387 kcal Białko ogółem 101.82 g Tłuszcz 75.91 g Węglowodany ogółem 348.82 g Błonnik pokarmowy 45.81 g Sód 3314.05 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.99 g Glukoza 8.62 g Fruktaza 13.50 g Sacharoza 16.34 g Laktoza 23.08 g	Wartość energetyczna 2210 kcal Białko ogółem 96.11 g Tłuszcz 48.95 g Węglowodany ogółem 360.21 g Błonnik pokarmowy 29.20 g Sód 2510.51 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.35 g Glukoza 5.28 g Fruktaza 11.50 g Sacharoza 35.23 g Laktoza 16.42 g	Wartość energetyczna 2115 kcal Białko ogółem 97.23 g Tłuszcz 45.82 g Węglowodany ogółem 341.69 g Błonnik pokarmowy 28.25 g Sód 2419.51 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.73 g Glukoza 5.28 g Fruktaza 11.50 g Sacharoza 35.07 g Laktoza 17.03 g	Wartość energetyczna 2149 kcal Białko ogółem 81.42 g Tłuszcz 49.19 g Węglowodany ogółem 358.55 g Błonnik pokarmowy 28.78 g Sód 2185.88 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.19 g Glukoza 5.08 g Fruktaza 11.07 g Sacharoza 54.28 g Laktoza 0.50 g	Wartość energetyczna 2349 kcal Białko ogółem 72.10 g Tłuszcz 76.71 g Węglowodany ogółem 354.15 g Błonnik pokarmowy 27.65 g Sód 1953.41 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.75 g Glukoza 13.46 g Fruktaza 22.44 g Sacharoza 49.40 g Laktoza 0.10 g

Diana Majczyńska  
mgr dietetyki

**GOMI Sp. z o.o.**  
ul. Modrzewiowa 4  
24-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171540244 Regon:430973280

mgr Agata Birus  
Agata Birus  
Dietetyk

**Alergeny:** GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych

SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki ŁUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergen występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 28.11-7.12.2023 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

2.12.2023 sobota	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 400ml(GLU, MLE) Połędwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza manna na mleku 400ml(GLU, MLE) Połędwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza manna na mleku 400ml(GLU, MLE) Połędwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g Pieczywo razowe 120g(GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml owoc 1szt	Kasza manna na mleku 400ml(GLU, MLE) Połędwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza manna na mleku 400ml(GLU, MLE) Połędwica sopocka 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) Połędwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) (MLE)herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) pasta miesno-warzywna 50g sałata 35g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE)herbata 250ml owoc 1szt
II ŚNIADANIE			chleb razowy 35g z masłem 5g i twarogiem 30g(GLU, MLE)	Chleb pszenny 35g z masłem 5g i twarogiem 30g(GLU, MLE)			
OBIAD	zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 180g potrawka z kurczaka 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka 150g Kompot owocowy 250ml owoc 1szt	zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 180g potrawka z kurczaka 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka 150g Kompot owocowy 250ml	zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 180g potrawka z kurczaka 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka 150g Kompot owocowy b/cukru 250ml PODWIECZOREK: Kefir naturalny 200g (MLE)	zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 180g potrawka z kurczaka 150g(GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) Kompot owocowy 250ml	zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 180g potrawka z kurczaka 150g(GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) Kompot owocowy 250ml	zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 180g potrawka z kurczaka 150g(GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) Kompot owocowy 250ml	zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 180g udko z kurczaka gotowane 150g marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK rehabilitacja	Kefir naturalny 200g (MLE)						
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta z jaj z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 50g ogórek świeży 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta z jaj z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta z jaj z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) ogórek świeży 50g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta z białek jaj z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta z jaj z natką pietruszki 70g(JAJ, MLE) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka gotowana 50g herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) jaja 2szt(JAJ) pomidor 50g herbata 250 ml
DODATKOWY POSILEK	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany nat 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Sok pomidorowy 100% 150ml	Sok pomidorowy 100% 150ml
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	Wartość energetyczna 2275 kcal Białko ogółem 88.20 g Tłuszcz 57.45 g Węglowodany ogółem 369.14 g Błonnik pokarmowy 37.00 g Sód 2323.38 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.32 g Glukoza 11.00 g Fruktaza 23.60 g Sacharoza 30.74 g Laktoza 16.46 g	Wartość energetyczna 2203 kcal Białko ogółem 87.70 g Tłuszcz 56.90 g Węglowodany ogółem 351.59 g Błonnik pokarmowy 34.35 g Sód 2318.88 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.27 g Glukoza 9.25 g Fruktaza 15.90 g Sacharoza 27.29 g Laktoza 16.46 g	Wartość energetyczna 2423 kcal Białko ogółem 106.32 g Tłuszcz 68.91 g Węglowodany ogółem 370.17 g Błonnik pokarmowy 50.35 g Sód 2939.12 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.39 g Glukoza 7.40 g Fruktaza 13.88 g Sacharoza 18.20 g Laktoza 25.61 g	Wartość energetyczna 2250 kcal Białko ogółem 92.63 g Tłuszcz 54.47 g Węglowodany ogółem 363.07 g Błonnik pokarmowy 33.13 g Sód 2534.28 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.42 g Glukoza 9.12 g Fruktaza 14.93 g Sacharoza 25.63 g Laktoza 17.40 g	Wartość energetyczna 2148 kcal Białko ogółem 89.62 g Tłuszcz 53.09 g Węglowodany ogółem 343.13 g Błonnik pokarmowy 32.18 g Sód 2510.98 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.26 g Glukoza 9.12 g Fruktaza 14.93 g Sacharoza 25.47 g Laktoza 16.46 g	Wartość energetyczna 2096 kcal Białko ogółem 69.86 g Tłuszcz 47.35 g Węglowodany ogółem 364.62 g Błonnik pokarmowy 36.11 g Sód 2507.07 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.21 g Glukoza 11.20 g Fruktaza 17.35 g Sacharoza 45.18 g Laktoza 0.42 g	Wartość energetyczna 2058 kcal Białko ogółem 70.41 g Tłuszcz 77.53 g Węglowodany ogółem 278.68 g Błonnik pokarmowy 24.59 g Sód 1986.57 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.18 g Glukoza 16.43 g Fruktaza 25.85 g Sacharoza 38.82 g Laktoza 0.10 g

szpital międzyrzec podlaski

Diana Majczyna  
mgr dietetyki

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych

SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

**GOMI Sp. z o.o.**  
ul. Modrzewiowa 4  
24-320 Poniatoła  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171540244 Regon:430973280

mgr Agata Birus  
Agata Birus  
Dietetyk

Jadłospis dekadowy 28.11-7.12.2023 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

4.12.2023 poniedziałek	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH H WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku 400ml( MLE) jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 20g(MLE) sałata 35g Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza jaglana na mleku 400ml( MLE) jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 20g(MLE) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza jaglana na mleku 400ml( MLE) jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 20g(MLE) sałata 35g Pieczywo razowe 120g(GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml owoc 1szt	Kasza jaglana na mleku 400ml( MLE) Szynka z indyka 50g(1,6, 3*,5*,7*,9*,10*, 11*) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g(GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza jaglana na mleku 400ml( MLE) Szynka z indyka 70g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,G OR*) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) Szynka z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,G OR*) Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) pasta mięno-warzywna 50g sałata 35g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem 30g( MLE)	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem 30g( MLE)			
OBIAD	zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ryż z jabłkiem prażonym 300g(MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) Kompot owocowy 250ml	zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ryż z jabłkiem prażonym 300g(MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) Kompot owocowy 250ml	zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ryż z mięsem I warzywami 350g(MLE) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) bukiet warzyw gotowanych 150g Kompot owocowy b/cukru 250ml PODWIECZOREK:Jogurt naturalny 1szt (MLE)	zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ryż z jabłkiem prażonym 300g(MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) Kompot owocowy 250ml	zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ryż z mięsem I warzywami 350g(MLE) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) Kompot owocowy 250ml	zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ryż z mięsem I warzywami 350g(MLE) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) bukiet warzyw gotowanych 150g Kompot owocowy 250ml	zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż z mięsem I warzywami 350g(MLE) bukiet warzyw gotowanych 150g Kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK rehabilitacja	Jogurt naturalny 1szt (MLE)						
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) paszтет wieprzowy 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) paszтет wieprzowy 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) paszтет wieprzowy 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka kanapkowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka kanapkowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka kanapkowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) szynka gotowana 50g pomidor 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 40g
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	Wartość energetyczna 2462 kcal Białko ogółem 84.42 g Tłuszcz 57.18 g Węglowodany ogółem 419.69 g Błonnik pokarmowy 37.48 g Sód 3683.66 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.77 g Glukoza 12.99 g Fruktოza 26.48 g Sacharοza 33.08 g Laktoza 24.34 g	Wartość energetyczna 2387 kcal Białko ogółem 83.82 g Tłuszcz 56.58 g Węglowodany ogółem 401.54 g Błonnik pokarmowy 34.48 g Sód 3680.66 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.71 g Glukoza 9.99 g Fruktοza 18.38 g Sacharοza 29.63 g Laktoza 24.34 g	Wartość energetyczna 2515 kcal Białko ogółem 101.99 g Tłuszcz 74.61 g Węglowodany ogółem 383.41 g Błonnik pokarmowy 49.31 g Sód 3121.34 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.56 g Glukoza 10.18 g Fruktοza 17.41 g Sacharοza 21.82 g Laktoza 30.09 g	Wartość energetyczna 2344 kcal Białko ogółem 96.50 g Tłuszcz 41.38 g Węglowodany ogółem 413.31 g Błonnik pokarmowy 35.93 g Sód 4015.66 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9.33 g Glukoza 9.79 g Fruktοza 16.38 g Sacharοza 29.71 g Laktoza 25.28 g	Wartość energetyczna 2230 kcal Białko ogółem 94.41 g Tłuszcz 38.38 g Węglowodany ogółem 393.27 g Błonnik pokarmowy 34.98 g Sód 4086.56 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8.67 g Glukoza 9.79 g Fruktοza 16.38 g Sacharοza 29.57 g Laktoza 24.34 g	Wartość energetyczna 2181 kcal Białko ogółem 80.33 g Tłuszcz 48.05 g Węglowodany ogółem 373.62 g Błonnik pokarmowy 35.76 g Sód 2548.76 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.90 g Glukoza 11.01 g Fruktοza 17.35 g Sacharοza 45.88 g Laktoza 10.30 g	Wartość energetyczna 2310 kcal Białko ogółem 67.12 g Tłuszcz 72.71 g Węglowodany ogółem 361.62 g Błonnik pokarmowy 35.29 g Sód 1957.50 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.32 g Glukoza 18.43 g Fruktοza 27.65 g Sacharοza 47.31 g Laktoza 0.10 g

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych

SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki ŁUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Diana Majczyńska  
mgr dietetyki  
mgr Agata Birus  
Agata Birus  
Dietetyk

**GOMI Sp. z o.o.**  
ul. Modrzewiowa 4  
24-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171540244 Regon:430973280

Jadłospis dekadowy 28.11-7.12.2023 dla Szpitala w Międzyrzeczu Podlaskim

5.12.2023 wtorek	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	ryż na mleku 400ml(MLE) dżem owocowy 20g połędwica Ani 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	ryż na mleku 400ml(MLE) dżem owocowy 20g połędwica Ani 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	ryż na mleku 400ml(MLE) połędwica Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml owoc 1szt	ryż na mleku 400ml(MLE) dżem owocowy 20g połędwica Ani 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	ryż na mleku 400ml(MLE) dżem owocowy 20g połędwica Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) dżem owocowy 20g połędwica Ani 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) dżem owocowy 20g Mięso gotowane 50g pomidor 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem 30g( JAJ)	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i białkiem jaj 30( JAJ)			
OBIAD	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) fasolka po bretońsku duszona 300g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR *) chleb 70g (GLU) kompot owocowy 250ml owoc 1szt	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL) kompot owocowy 250ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sałatka z kapusty białej 150g kompot owocowy b/cukru 250ml PODWIECZOREK kefir naturalny 150ml (MLE)	Zupa grysikowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL) kompot owocowy 250ml	Zupa grysikowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL) kompot owocowy 250ml	Zupa grysikowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL) kompot owocowy 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml ( SEL) Ziemniaki 180g udko z kurczaka gotowane 150g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL) kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK rehabilitacja	kefir naturalny 150ml (MLE)						
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta rybna 50g(RYB) ogórek kiszony 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta rybna 50g(RYB) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta rybna 50g(RYB) ogórek kiszony 50g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka złocista 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka złocista 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka złocista 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) jaja 2SZT (JAJ) sałata 35g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Wafle ryżowe 40g	Wafle ryżowe 40g
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	Wartość energetyczna 2425 kcal Białko ogółem 81.96 g Tłuszcz 56.53 g Wę- głowodany ogółem 415.92 g Błonnik pokarmowy 39.01 g Sód 2574.70 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.74 g Glukoza 13.14 g Fruktოza 29.96 g Sacharoza 31.43 g Laktoza 18.94 g	Wartość energetyczna 2391 kcal Białko ogółem 82.46 g Tłuszcz 66.75 g Wę- głowodany ogółem 380.71 g Błonnik pokarmowy 31.95 g Sód 2251.46 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.66 g Glukoza 7.12 g Fruktοza 13.32 g Sacharoza 26.68 g Laktoza 18.94 g	Wartość energetyczna 2376 kcal Białko ogółem 101.46 g Tłuszcz 65.69 g Wę- głowodany ogółem 367.70 g Błonnik pokarmowy 46.42 g Sód 3320.35 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.13 g Glukoza 8.28 g Fruktοza 13.91 g Sacharoza 16.83 g Laktoza 23.76 g	Wartość energetyczna 2394 kcal Białko ogółem 90.05 g Tłuszcz 64.11 g Wę- głowodany ogółem 379.79 g Błonnik pokarmowy 30.72 g Sód 2768.86 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.60 g Glukoza 6.55 g Fruktοza 12.61 g Sacharoza 26.60 g Laktoza 18.95 g	Wartość energetyczna 2296 kcal Białko ogółem 90.63 g Tłuszcz 61.20 g Wę- głowodany ogółem 360.59 g Błonnik pokarmowy 29.77 g Sód 2792.06 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.02 g Glukoza 6.55 g Fruktοza 12.61 g Sacharoza 26.46 g Laktoza 18.94 g	Wartość energetyczna 2408 kcal Białko ogółem 73.09 g Tłuszcz 62.36 g Wę- głowodany ogółem 404.31 g Błonnik pokarmowy 31.31 g Sód 2445.75 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.03 g Glukoza 6.38 g Fruktοza 12.18 g Sacharoza 44.45 g Laktoza 0.10 g	Wartość energetyczna 2406 kcal Białko ogółem 77.01 g Tłuszcz 79.54 g Wę- głowodany ogółem 358.32 g Błonnik pokarmowy 30.06 g Sód 1752.42 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.04 g Glukoza 14.50 g Fruktοza 23.48 g Sacharoza 42.28 g Laktoza 0.10 g

Diana Majczyna  
mgr dietetyki

GOMI Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
24-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171540244 Regon:430973280

mgr Agata Birus  
Agata Birus  
Dietetyk

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych

SEL- seler GOR-gorzycza SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 28.11-7.12.2023 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

7.12.2023 czwartek	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Twarożek z natką 50g (MLE) sałata 35g Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Twarożek z natką 50g (MLE) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Twarożek z natką 50g (MLE) sałata 35g Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Twarożek z natką 50g (MLE) sałata 35g Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Twarożek z natką 70g (MLE) sałata 35g maślanka 150ml (MLE) Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml (SEL) Pasta mięsna 50g Sałata 35g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml (SEL) Pasta mięsna 50g Sałata 35g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jajkiem 30g (JAJ)	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i białkiem jaj 30g (JAJ)			
OBIAD	Zupa fasolowa z majarankiem 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g Gołąbki duszone w sosie pomidorowym 250g (GLU, MLE) Kompot owocowy 250ml owoc 1szt	Zupa dziadowska z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pulpet mięsno-ryżowy pieczony 100g (GLU, MLE) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pulpet mięsno-ryżowy pieczony 100g (GLU, MLE) sałatka z białej kapusty 150g kompot owocowy b/cukru 250ml PODWIECZOREK: maślanka 150ml (MLE)	Zupa dziadowska z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pulpet mięsno-ryżowy pieczony 100g (GLU, MLE) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pulpet mięsno-ryżowy pieczony 100g (GLU, MLE) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ziemniaki 180g pulpet mięsno-ryżowy pieczony 100g (GLU, MLE) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z natką pietruszki z makaronem bezgl. 400ml (SEL) Ziemniaki 180g bitka wieprzowa z szynki gotowana 100g buraczki gotowane 150g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK rehabilitacja	maślanka 150ml (MLE)						
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica z indyka 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica z indyka 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica z indyka 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*)	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica z indyka 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica z indyka 70g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica z indyka 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) jaja 2szt (JAJ) pomidor 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSIŁEK	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Bułka drożdżowa 50g (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 40g
WARTOŚĆ ODZYWCZA	Wartość energetyczna 2426 kcal Białko ogółem 87.88 g Tłuszcz 53.67 g Wę- głowodany ogółem 417.25 g Błonnik pokarmowy 40.51 g Sód 2215.80 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.18 g Glukoza 16.12 g Fruktaza 32.22 g Sacharoza 33.74 g Laktoza 16.41 g	Wartość energetyczna 2175 kcal Białko ogółem 83.52 g Tłuszcz 46.60 g Wę- głowodany ogółem 368.99 g Błonnik pokarmowy 29.28 g Sód 2247.98 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.73 g Glukoza 5.28 g Fruktaza 11.50 g Sacharoza 35.12 g Laktoza 16.41 g	Wartość energetyczna 2283 kcal Białko ogółem 97.11 g Tłuszcz 58.44 g Wę- głowodany ogółem 366.24 g Błonnik pokarmowy 47.38 g Sód 3067.32 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.67 g Glukoza 9.08 g Fruktaza 15.03 g Sacharoza 14.23 g Laktoza 24.01 g	Wartość energetyczna 2306 kcal Białko ogółem 89.78 g Tłuszcz 50.15 g Wę- głowodany ogółem 388.23 g Błonnik pokarmowy 30.23 g Sód 2469.58 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.51 g Glukoza 5.28 g Fruktaza 11.50 g Sacharoza 35.30 g Laktoza 16.42 g	Wartość energetyczna 2277 kcal Białko ogółem 95.70 g Tłuszcz 49.27 g Wę- głowodany ogółem 376.46 g Błonnik pokarmowy 29.28 g Sód 2468.58 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.40 g Glukoza 5.28 g Fruktaza 11.50 g Sacharoza 35.14 g Laktoza 24.08 g	Wartość energetyczna 2303 kcal Białko ogółem 75.65 g Tłuszcz 55.51 g Wę- głowodany ogółem 389.73 g Błonnik pokarmowy 31.21 g Sód 2168.15 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.70 g Glukoza 5.44 g Fruktaza 11.39 g Sacharoza 55.27 g Laktoza 0.50 g	Wartość energetyczna 2016 kcal Białko ogółem 70.18 g Tłuszcz 67.08 g Wę- głowodany ogółem 293.93 g Błonnik pokarmowy 28.33 g Sód 2335.41 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.79 g Glukoza 15.30 g Fruktaza 24.92 g Sacharoza 48.67 g Laktoza 0.10 g

Diana Majczyńska  
mgr dietetyki

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE-mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych  
SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

GOMI Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
24-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP: 7171540244 Regon: 430973280  
mgr Agata Birus  
Dietetyk

Jadłospis dekadowy 28.11-7.12.2023 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

6.12.2023 środa	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) ser żółty 20g(MLE) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 50g Pieczywo mieszane 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU)masło ekstra 10g (MLE)herbata 250ml owoc 1szt	Kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) ser żółty 20g(MLE) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 50g Pieczywo razowe 120g (GLU)masło ekstra 10g (MLE)herbata b/cukru 250ml owoc 1szt	Kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU)masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) szynka drobiowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 120g (GLU)masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE)herbata 250ml owoc 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 400ml(SEL) Pasta mięsno-warzywna 50g pomidor 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml owoc 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem 30g( MLE)	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i twarogiem 30g( MLE)			
OBIAD	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml ( SEL) pierogi ruskie gotowane250g(GLU, MLE) surówka z marchwi i jabłka 150g Kompot owocowy 250ml owoc 1szt	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml ( SEL) pierogi ruskie gotowane250g(GLU, MLE) surówka z marchwi i jabłka 150g CHIRURGIA;marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml ( SEL) Ryż z mięsem i warzywami 350g (GLU, SEL) Sos koperkowy 100g(GLU) surówka z marchwi i jabłka 150g kompot owocowy b/cukru 250ml PODWIECZOREK: Sok pomidorowy 100% 150ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml ( SEL) pierogi ruskie gotowane250g(GLU, MLE) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml ( SEL) pierogi ruskie gotowane250g(GLU, MLE) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml ( SEL) Ryż z mięsem i warzywami 350g (GLU, SEL) Sos koperkowy 100g(GLU) marchewka gotowana 150g kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml ( SEL) Ryż z mięsem i warzywami 350g (SEL) marchewka gotowana 150g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK rehabilitacja	Sok pomidorowy 100% 150ml						
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g(GLU) masło ekstra 10g(MLE) parówki wieprzowe 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ketchup 20g (GLU, SEL) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) parówki wieprzowe 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ketchup 20g (GLU, SEL) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo razowe 120g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) parówki wieprzowe 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ketchup 20g (GLU, SEL) sałata 35g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka wieprzowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 35g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 120g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt zupa gulaszowa 300g (SEL) herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Maślanka 150ml (MLE)	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml	Sok owocowy 150ml
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	Wartość energetyczna 2467 kcal Białko ogółem 72.46 g Tłuszcz 69.53 g Węglowodany ogółem 408.37 g Błonnik pokarmowy 37.95 g Sód 2853.06 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24.73 g Glukoza 18.07 g Fruktოza 41.73 g Sacharoza 46.22 g Laktoza 23.22 g	Wartość energetyczna 2266 kcal Białko ogółem 69.74 g Tłuszcz 63.08 g Węglowodany ogółem 372.67 g Błonnik pokarmowy 32.30 g Sód 2850.96 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.37 g Glukoza 12.32 g Fruktოza 25.93 g Sacharoza 39.34 g Laktoza 23.20 g	Wartość energetyczna 2546 kcal Białko ogółem 99.15 g Tłuszcz 78.57 g Węglowodany ogółem 388.56 g Błonnik pokarmowy 53.05 g Sód 3394.59 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.98 g Glukoza 9.70 g Fruktοza 14.89 g Sacharoza 18.05 g Laktoza 15.12 g	Wartość energetyczna 2262 kcal Białko ogółem 80.44 g Tłuszcz 51.22 g Węglowodany ogółem 385.60 g Błonnik pokarmowy 32.61 g Sód 2615.86 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.59 g Glukoza 12.32 g Fruktοza 25.93 g Sacharoza 37.03 g Laktoza 24.14 g	Wartość energetyczna 2111 kcal Białko ogółem 91.20 g Tłuszcz 48.70 g Węglowodany ogółem 344.17 g Błonnik pokarmowy 35.56 g Sód 2722.45 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.57 g Glukoza 11.10 g Fruktοza 17.61 g Sacharoza 24.76 g Laktoza 14.15 g	Wartość energetyczna 2140 kcal Białko ogółem 76.69 g Tłuszcz 51.18 g Węglowodany ogółem 359.46 g Błonnik pokarmowy 35.82 g Sód 2377.81 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.49 g Glukoza 10.93 g Fruktοza 17.18 g Sacharoza 41.28 g Laktoza 0.11 g	Wartość energetyczna 2406 kcal Białko ogółem 79.29 g Tłuszcz 84.99 g Węglowodany ogółem 348.64 g Błonnik pokarmowy 43.86 g Sód 2049.05 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.12 g Glukoza 20.86 g Fruktοza 29.85 g Sacharoza 47.97 g Laktoza 0.09 g

Diana Majczyńska

mgr dietetyki

GOMI Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
24-320 Poniatowa

tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171540244 Regon:430973280

mgr Agata Birus

Agata Birus  
Dietetyk

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych

SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów