

Jadłospis dekadowy 31.07-9.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

31.07.2024 ŚRODA	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIĄŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) pasta z ciecierzycy 50g Polędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) pasta z ciecierzycy 50g Polędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Polędwica drobiowa 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g pomidor +sałata 50g herbata 250ml nektarynka 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 ogórkowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE, SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g(MLE) jablko 1szt Kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE, SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g(MLE) kompot owocowy b/cukru 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ryż biały 180g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) sałata z olejem 50g kompot owocowy 250ml	zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL) ryż biały 180g potrawka kurczaka gotowana 100g sałata z olejem 50g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)	Sok pomidorowy 150ml 100% 2.2 g Fruktaza (g) 2.8 g Sacharaza (g) 0.2 g Laktoza (g) 0 g	Wartość energetyczna (kcal) 36 kcal Białko ogółem (g) 1.6 g Tłuszcz (g) 0.4 g Węglowodany ogółem (g) 7.6 g Błonnik pokarmowy (g) 2.2 g Sód (mg) 386 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (g) 0.1 g Glukoza (g)					
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +sałata 50g papryka +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) ser biały 30g(MLE) szynka konserwowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 50g herbata b/cukru 250ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka konserwowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Dżem owocowy wiśniowy 25g herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) mięso gotowane 50g Dżem owocowy wiśniowy 25g pomidor +sałata 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g
	Wartość energetyczna 2259 kcal Białko ogółem 89.66 g Tłuszcz 72.37 g Węglowodany ogółem 327.49 g Błonnik pokarmowy 31.31 g Sód 2415.57 mg Sól 5.90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.26 g Glukoza 8.86 g Fruktaza 20.09 g Sacharaza 22.70 g Laktoza 18.33 g	Wartość energetyczna 2285 kcal Białko ogółem 90.76 g Tłuszcz 72.17 g Węglowodany ogółem 331.09 g Błonnik pokarmowy 26.21 g Sód 2392.57 mg Sól 5.86 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.26 g Glukoza 8.86 g Fruktaza 20.09 g Sacharaza 22.10 g Laktoza 18.33 g	Wartość energetyczna 2240 kcal Białko ogółem 102.14 g Tłuszcz 68.30 g Węglowodany ogółem 324.67 g Błonnik pokarmowy 40.77 g Sód 3438.60 mg Sól 8.47 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.28 g Glukoza 7.05 g Fruktaza 12.65 g Sacharaza 13.45 g Laktoza 18.35 g	Wartość energetyczna 2241 kcal Białko ogółem 101.16 g Tłuszcz 62.57 g Węglowodany ogółem 330.55 g Błonnik pokarmowy 24.10 g Sód 2540.67 mg Sól 6.24 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.84 g Glukoza 5.86 g Fruktaza 11.99 g Sacharaza 18.82 g Laktoza 19.27 g	Wartość energetyczna 2143 kcal Białko ogółem 97.23 g Tłuszcz 59.10 g Węglowodany ogółem 317.05 g Błonnik pokarmowy 23.15 g Sód 2377.02 mg Sól 5.83 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.05 g Glukoza 5.86 g Fruktaza 11.99 g Sacharaza 18.64 g Laktoza 19.11 g	Wartość energetyczna 2185 kcal Białko ogółem 74.32 g Tłuszcz 64.79 g Węglowodany ogółem 339.71 g Błonnik pokarmowy 27.44 g Sód 2724.67 mg Sól 1.70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.54 g Glukoza 6.43 g Fruktaza 12.49 g Sacharaza 19.29 g Laktoza 0.74 g	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 72.30 g Tłuszcz 68.08 g Węglowodany ogółem 323.44 g Błonnik pokarmowy 25.37 g Sód 1737.07 mg Sól 1.70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.38 g Glukoza 12.78 g Fruktaza 12.49 g Sacharaza 15.99 g Laktoza 0.74 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000584484 NIP 538-15-94-357

**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

Ilc. Daniel Kowalik  
DIETETYK

**GOMI Żywnienie Sp. z o.o.**  
ul. Modrzewiowa 4  
23-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171840940 Regon:525613130

Jadłospis dekadowy 31.07-9.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

1.08.2024 CZWARTEK	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Ser żółty 30g (MLE) szynka drobiowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g papryka+sałata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jabłko1szt	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko1szt	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Ser żółty 30g (MLE) szynka drobiowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka+sałata 50g Pieczywo razowe 100g(GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml jabłko1szt	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko1szt	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Szynka drobiowa 70g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jabłko1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Mięso gotowane 50g pomidor +sałata 50g Chleb bezglutenowy 3szt masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jabłko1szt
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	Krupnik jaglany z natką pietruszki 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kiwi 1szt Kompot owocowy 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kompot owocowy 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kompot owocowy b/cukru 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kompot owocowy 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kompot owocowy 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g kompot owocowy 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g pieczeń wieprzowa pieczona 100g(GLU, JAJ) surówka z pomidora z olejem 150g Kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)	Jogurt naturalny 150ml (MLE) (g) 0 g Fruktaza (g) 0 g Sacharaza (g) 0 g Laktoza (g) 8.2 g	Wartość energetyczna (kcal) 100	Białko ogółem (g) 6.8 g Tłuszcz (g) 4 g Węglowodany ogółem (g) 9.4 g	Błonnik pokarmowy (g) 0 g Sód (mg) 76 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (g) 2.38 g	Glukoza		
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g szynka wieprzowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g szynka wieprzowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g szynka wieprzowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata b/cukru 250ml II kolacja: Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatką (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g szynka wieprzowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g szynka wieprzowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) pasta mięsna 50g szynka wieprzowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g(MLE) pasta mięsna 80g pomidor +sałata 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Sok owocowy 100% 200g	Sok owocowy 100% 200g	Sok pomidorowy 100% 200g	Sok owocowy 100% 200g	Sok owocowy 100% 200g	Sok owocowy 100% 200g	Sok owocowy 100% 200g
	Wartość energetyczna 2257 kcal Białko ogółem 87.14 g Tłuszcz 72.62 g Węglowodany ogółem 328.84 g Błonnik pokarmowy 32.49 g Sód 2587.37 mg Sól 6.48 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.58 g Glukoza 9.96 g Fruktaza 21.72 g Sacharaza 22.56 g Laktoza 19.19 g	Wartość energetyczna 2265 kcal Białko ogółem 92.12 g Tłuszcz 64.35 g Węglowodany ogółem 344.39 g Błonnik pokarmowy 30.17 g Sód 2492.32 mg Sól 6.25 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.44 g Glukoza 14.36 g Fruktaza 32.52 g Sacharaza 25.96 g Laktoza 14.14 g	Wartość energetyczna 2474 kcal Białko ogółem 114.56 g Tłuszcz 82.81 g Węglowodany ogółem 339.93 g Błonnik pokarmowy 44.10 g Sód 3872.95 mg Sól 9.71 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.88 g Glukoza 8.11 g Fruktaza 14.20 g Sacharaza 14.40 g Laktoza 19.92 g	Wartość energetyczna 2336 kcal Białko ogółem 100.45 g Tłuszcz 67.39 g Węglowodany ogółem 346.32 g Błonnik pokarmowy 28.12 g Sód 2663.22 mg Sól 6.68 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.24 g Glukoza 11.36 g Fruktaza 24.42 g Sacharaza 22.69 g Laktoza 15.08 g	Wartość energetyczna 2230 kcal Białko ogółem 99.13 g Tłuszcz 64.71 g Węglowodany ogółem 326.48 g Błonnik pokarmowy 27.17 g Sód 2806.42 mg Sól 7.04 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.72 g Glukoza 11.36 g Fruktaza 24.42 g Sacharaza 22.54 g Laktoza 14.14 g	Wartość energetyczna 2194 kcal Białko ogółem 83.93 g Tłuszcz 65.86 g Węglowodany ogółem 330.82 g Błonnik pokarmowy 29.06 g Sód 2394.32 mg Sól 6.00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.29 g Glukoza 11.93 g Fruktaza 24.92 g Sacharaza 23.02 g Laktoza 0.10 g	Wartość energetyczna 2148 kcal Białko ogółem 76.77 g Tłuszcz 73.92 g Węglowodany ogółem 304.64 g Błonnik pokarmowy 28.71 g Sód 1813.32 mg Sól 1.89 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.29 g Glukoza 19.03 g Fruktaza 34.88 g Sacharaza 21.39 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-Jubin, MCK- męczazki  
\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

lic. Daniel Kowalik  
DIETETYK

GOMI Żywnie Sp. z o.o. tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 50  
ul. Modrzewiowa 4 Regon 000584484 NIP 538-15-94-3  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171840940 Regon:525613130

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI I ZDRO  
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-500 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska  
Nr. Rej. 00000002958

Jadłospis dekadowy 31.07-9.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzeczu Podlaskim

2.08.2024 PIĄTEK	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIĄLKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2szt	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2szt	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE) szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml banan 1/2szt	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2szt	Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g szynka wieprzowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Dżem owocowy 25g szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml banan 1/2szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Dżem owocowy wiśniowy 25g pasta mięsna 50g pomidor +sałata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE, wędliną 30g i sałata (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)			
OBIAD	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE,SEL) Ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (GLU, RYB) surówka z białej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 150g jabłko 1szt kompot owocowy b/cukru250ml	Zupa dziadowska z makaronem i natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) Ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (GLU, RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE,SEL) Ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (GLU, RYB) surówka z białej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot owocowy b/cukru250ml	Zupa dziadowska z makaronem i natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) Ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (GLU, RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z makaronem i natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) Ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (GLU, RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa dziadowska z makaronem i natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) Ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (GLU, RYB) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym 300ml (SEL) Ziemniaki z koprem 180g miruna pieczona 100g (GLU, RYB) bukiet warzyw gotowanych (brokuła, marchewki) 150g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)	maślanka naturalna 150ml (MLE) Wartość energetyczna (kcal) 88 kcal Białko ogółem (g) 6.4 g Tłuszcz (g) 3 g Węglowodany ogółem (g) 9 g Błonnik pokarmowy (g) 0 g Sód (mg) 120 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (g) 0.68 g Glukoza (g) 0 g Fruktaza (g) 0 g Sacharoza (g) 0 g Laktoza (g) 9.4 g						
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) jaja 1szt (JAJ) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) jaja 1szt (JAJ) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) jaja 1szt (JAJ) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata b/cukru 250ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałata (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) jaja 2szt(JAJ) pomidor +sałata 50g herbata 250 ml
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 energetyczna 2030 kcal Białko ogółem 81.82 g Tłuszcz 51.96 g Węglowodany ogółem 325.87 g Błonnik pokarmowy 35.59 g Sód 2005.02 mg Sól 5.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.29 g Glukoza 9.80 g Fruktaza 20.95 g Sacharoza 25.76 g Laktoza 20.35 g	Wartość energetyczna 2056 kcal Białko ogółem 82.92 g Tłuszcz 51.76 g Węglowodany ogółem 329.47 g Błonnik pokarmowy 30.49 g Sód 1982.02 mg Sól 4.98 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.29 g Glukoza 9.80 g Fruktaza 20.95 g Sacharoza 25.16 g Laktoza 20.35 g	Wartość energetyczna 2197 kcal Białko ogółem 105.84 g Tłuszcz 63.09 g Węglowodany ogółem 323.78 g Błonnik pokarmowy 42.79 g Sód 3239.37 mg Sól 7.56 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.05 g Glukoza 6.23 g Fruktaza 11.23 g Sacharoza 14.45 g Laktoza 20.84 g	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 87.97 g Tłuszcz 57.20 g Węglowodany ogółem 337.83 g Błonnik pokarmowy 29.71 g Sód 2592.42 mg Sól 6.51 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.40 g Glukoza 7.35 g Fruktaza 13.30 g Sacharoza 23.63 g Laktoza 20.38 g	Wartość energetyczna 2133 kcal Białko ogółem 91.10 g Tłuszcz 58.25 g Węglowodany ogółem 325.65 g Błonnik pokarmowy 28.76 g Sód 2327.97 mg Sól 5.85 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.04 g Glukoza 7.35 g Fruktaza 13.30 g Sacharoza 23.42 g Laktoza 21.15 g	Wartość energetyczna 2163 kcal Białko ogółem 70.37 g Tłuszcz 56.94 g Węglowodany ogółem 357.37 g Błonnik pokarmowy 29.66 g Sód 2460.82 mg Sól 5.94 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.42 g Glukoza 7.92 g Fruktaza 13.80 g Sacharoza 20.56 g Laktoza 0.13 g	Wartość energetyczna 2385 kcal Białko ogółem 67.91 g Tłuszcz 81.99 g Węglowodany ogółem 356.26 g Błonnik pokarmowy 31.46 g Sód 1993.59 mg Sól 2.11 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.11 g Glukoza 15.20 g Fruktaza 23.92 g Sacharoza 19.43 g Laktoza 0.10 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
w MIĘDZYRZECZU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawskiej 10  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000534484 NIP 538-15-94-357

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

lic. Daniel Kowalik  
DIETETYK

GOMI Żywność Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
23-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171840940 Regon:525613130

Jadłospis dekadowy 31.07-9.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

3.08.2024 SOBOTA	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) ser topiony 25g (MLE) kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka +salata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) kielbasa szynkowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250 ml jabłko 1szt	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) ser topiony 25g (MLE) kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka +salata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml jabłko 1szt	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) pasta mięsna 50g kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) pasta mięsna 50g kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) pasta mięsna 50g kielbasa szynkowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) pasta mięsna 80g pomidor +salata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 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 jarzynowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE, SEL) ryż biały z jabłkiem prażonym 300g (MLE) sos jogurtowy 50g (GLU) brzoskwinia 1szt Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE, SEL) ryż biały z jabłkiem prażonym 300g (MLE) sos jogurtowy 50g (GLU) Kompot owocowy 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 300ml (GLU, MLE, SEL) ryż biały z mięsem i warzywami 300g (GLU, SEL) sos koperkowy 50g (GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 300ml (SEL) ryż biały z jabłkiem prażonym 300g (MLE) sos jogurtowy 50g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 300ml (SEL) ryż biały z jabłkiem prażonym 300g (MLE) sos jogurtowy 50g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 300ml (SEL) ryż biały z mięsem i warzywami 300g (GLU, SEL) sos koperkowy 50g (GLU) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 300ml (SEL) ryż biały z mięsem i warzywami 350g (SEL) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250 ml
PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)	Sok pomidorowy 150ml 100% Wartość energetyczna (kcal) 36 kcal Białko ogółem (g) 1.6 g Tłuszcz (g) 0.4 g Węglowodany ogółem (g) 7.6 g Błonnik pokarmowy (g) 2.2 g Sód (mg) 386 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (g) 0.1 g Glukoza (g) 2.8 g Fruktaza (g) 0.2 g Laktaza (g) 0 g						
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) parówka wieprzowa 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) marmolada owocowa 25g ketchup 10g (SEL) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) parówka wieprzowa 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) marmolada owocowa 25g ketchup 10g (SEL) pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +salata 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 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) marmolada owocowa 25g pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka wieprzowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) marmolada owocowa 25g pomidor +salata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) marmolada owocowa 25g herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt zupa gulaszowa 300ml (SEL) pomidor +salata 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g
	Wartość energetyczna 2478 kcal Białko ogółem 85.14 g Tłuszcz 75.16 g Węglowodany ogółem 382.31 g Błonnik pokarmowy 34.93 g Sód 2276.57 mg Sól 5.19 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27.22 g Glukoza 13.57 g Fruktaza 31.68 g Sacharoza 48.44 g Laktaza 27.77 g	Wartość energetyczna 2414 kcal Białko ogółem 83.05 g Tłuszcz 66.43 g Węglowodany ogółem 384.91 g Błonnik pokarmowy 28.34 g Sód 2349.07 mg Sól 5.39 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.41 g Glukoza 12.87 g Fruktaza 30.83 g Sacharoza 47.68 g Laktaza 27.74 g	Wartość energetyczna 2453 kcal Białko ogółem 110.75 g Tłuszcz 80.93 g Węglowodany ogółem 343.17 g Błonnik pokarmowy 46.72 g Sód 3577.27 mg Sól 8.95 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.09 g Glukoza 10.45 g Fruktaza 17.34 g Sacharoza 16.76 g Laktaza 23.25 g	Wartość energetyczna 2423 kcal Białko ogółem 93.08 g Tłuszcz 57.99 g Węglowodany ogółem 395.71 g Błonnik pokarmowy 27.03 g Sód 2566.22 mg Sól 5.95 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.63 g Glukoza 9.87 g Fruktaza 22.73 g Sacharoza 44.55 g Laktaza 29.68 g	Wartość energetyczna 2435 kcal Białko ogółem 102.36 g Tłuszcz 62.31 g Węglowodany ogółem 379.66 g Błonnik pokarmowy 27.48 g Sód 2549.32 mg Sól 5.91 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.35 g Glukoza 10.23 g Fruktaza 23.05 g Sacharoza 45.32 g Laktaza 29.67 g	Wartość energetyczna 2201 kcal Białko ogółem 73.17 g Tłuszcz 58.89 g Węglowodany ogółem 362.03 g Błonnik pokarmowy 35.03 g Sód 2198.42 mg Sól 5.01 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.28 g Glukoza 9.77 g Fruktaza 15.36 g Sacharoza 24.97 g Laktaza 4.00 g	Wartość energetyczna 2459 kcal Białko ogółem 86.49 g Tłuszcz 89.51 g Węglowodany ogółem 345.03 g Błonnik pokarmowy 45.29 g Sód 1738.42 mg Sól 1.69 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.82 g Glukoza 19.28 g Fruktaza 27.44 g Sacharoza 25.03 g Laktaza 3.95 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000584484 NIP 538-15-94-357

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

lic. Daniel Kowalik  
DIETYTYK

GOMI Żywnie Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
23-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171840940 Regon:525613130

Jadłospis dekadowy 31.07-9.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

4.08.2024 NIEDZIELA	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży +sałata 50g sos tatarski 10g (MLE) chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g sos tatarski 10g (MLE) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży +sałata 50g sos tatarski 10g (MLE) Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml jabłko 1szt	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Jaja 2szt (JAJ) pomidor +sałata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 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	rosół z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g udko z kurczaka pieczone 180g (GOR) sałata z jogurtem 50g (MLE) jabłko 1szt Kompot owocowy 250ml	rosół z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g udko z kurczaka gotowane 180g sałata z jogurtem 50g (MLE) Kompot owocowy 250ml	rosół z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g udko z kurczaka gotowane 180g sałata z jogurtem 50g (MLE) Kompot owocowy b/cukru 250ml	rosół warzywny z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g udko z kurczaka gotowane 180g sałata z jogurtem 50g (MLE) Kompot owocowy 250ml	rosół z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g udko z kurczaka gotowane 180g sałata z jogurtem 50g (MLE) Kompot owocowy 250ml	rosół z natką pietruszki z makaronem 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g udko z kurczaka gotowane 180g sałata z olejem 50g Kompot owocowy 250ml	rosół z natką pietruszki z makaronem bezglutenowym 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g udko z kurczaka gotowane 180g sałata z olejem 50g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)	Maślanka naturalna 150ml (MLE) Wartość energetyczna (kcal) 88 kcal Białko ogółem (g) 6.4 g Tłuszcz (g) 3 g Węglowodany ogółem (g) 9 g Błonnik pokarmowy (g) 0 g Sód (mg) 120 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (g) 0.68 g Glukoza (g) 0 g Fruktaza (g) 0 g Sacharoza (g) 0 g Laktoza (g) 9.4 g						
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasztet drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasztet drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasztet drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor +sałata 50g herbata b/cukru 250ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE), wędliną 30g i sałata (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica z majerankiem 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) połędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsno-warzywna 80g pomidor +sałata 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Sok owocowy 100% 200g	Sok owocowy 100% 200g	Sok pomidorowy 100% 200g	Sok owocowy 100% 200g	Sok owocowy 100% 200g	Sok owocowy 100% 200g	Sok owocowy 100% 200g
	Wartość energetyczna 2104 kcal Białko ogółem 101.22 g Tłuszcz 70.14 g Węglowodany ogółem 281.79 g Błonnik pokarmowy 30.65 g Sód 2372.57 mg Sól 5.59 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.33 g Glukoza 10.17 g Fruktaza 22.00 g Sacharoza 24.71 g Laktoza 14.78 g	Wartość energetyczna 2074 kcal Białko ogółem 93.47 g Tłuszcz 70.35 g Węglowodany ogółem 277.98 g Błonnik pokarmowy 24.01 g Sód 2383.57 mg Sól 5.64 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.20 g Glukoza 10.27 g Fruktaza 22.25 g Sacharoza 23.16 g Laktoza 14.78 g	Wartość energetyczna 2229 kcal Białko ogółem 113.67 g Tłuszcz 78.80 g Węglowodany ogółem 284.26 g Błonnik pokarmowy 34.29 g Sód 2959.67 mg Sól 6.52 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.83 g Glukoza 4.47 g Fruktaza 9.73 g Sacharoza 12.66 g Laktoza 20.53 g	Wartość energetyczna 2077 kcal Białko ogółem 97.09 g Tłuszcz 64.42 g Węglowodany ogółem 288.04 g Błonnik pokarmowy 21.96 g Sód 2909.17 mg Sól 6.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.50 g Glukoza 7.27 g Fruktaza 14.15 g Sacharoza 29.90 g Laktoza 15.72 g	Wartość energetyczna 2093 kcal Białko ogółem 104.33 g Tłuszcz 64.69 g Węglowodany ogółem 283.83 g Błonnik pokarmowy 21.53 g Sód 2968.17 mg Sól 7.11 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.97 g Glukoza 7.27 g Fruktaza 14.15 g Sacharoza 29.78 g Laktoza 14.78 g	Wartość energetyczna 1957 kcal Białko ogółem 81.12 g Tłuszcz 61.65 g Węglowodany ogółem 269.88 g Błonnik pokarmowy 23.78 g Sód 2482.67 mg Sól 5.88 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.14 g Glukoza 7.84 g Fruktaza 14.65 g Sacharoza 40.34 g Laktoza 0.74 g	Wartość energetyczna 2303 kcal Białko ogółem 93.07 g Tłuszcz 98.90 g Węglowodany ogółem 269.88 g Błonnik pokarmowy 26.53 g Sód 2065.47 mg Sól 2.51 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.37 g Glukoza 15.23 g Fruktaza 24.69 g Sacharoza 30.17 g Laktoza 0.74 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDR  
W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 50  
Regon 000584484 NIP 538-15-94-

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

Ilc. Daniel Kowalik  
DIETETYK

GOMI Żywnienie Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
23-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171840940 Regon:525613130

Jadłospis dekadowy 31.07-9.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

5.08.2024 PONIEDZIAŁEK	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIALKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Ryż biały na mleku 300ml(MLE) Polędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) dzem owocowy wiśniowy 25g pomidor +sałata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 1szt	Ryż biały na mleku 300ml(MLE) Polędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) dzem owocowy wiśniowy 25g pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 1szt	Ryż biały na mleku 300ml(MLE) Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml brzoskwinie 1szt	Ryż biały na mleku 300ml(MLE) 300ml(MLE) Polędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) dzem owocowy wiśniowy 25g pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 1szt	Ryż biały na mleku 300ml(MLE) Polędwica drobiowa 70g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) dzem owocowy wiśniowy 25g pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml(SEL) Polędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) dzem owocowy wiśniowy 25g pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml(SEL) Dżem owocowy wiśniowy 25g mięso gotowane 50g pomidor +sałata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml brzoskwinie 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 koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) leczo z cukinii z papryką kielbasą 300g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) surówka z pomidora z olejem rzepakowym 150g jabłko 1szt Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 50g (GLU, MLE) surówka z pomidora z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) leczo z cukinii z papryką kielbasą 300g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) surówka z pomidora z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy b/cukru 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami czysta 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 50g (GLU, MLE) surówka z pomidora z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami czysta 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 50g (GLU, MLE) surówka z pomidora z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami czysta 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 50g (GLU, MLE) surówka z pomidora z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami czysta 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g porcja kurczaka gotowana 100g surówka z pomidora z olejem rzepakowym 150g Kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK (ZOLCUKRZYCA, REHABILITACJA)	Sok pomidorowy 100% 150ml Fruktoza (g) 2.8 g Sacharoza (g) 0.2 g Laktoza (g) 0 g	Wartość energetyczna (kcal) 36 kcal Białko ogółem (g) 1.6 g Tłuszcz (g) 0.4 g Węglowodany ogółem (g) 7.6 g Błonnik pokarmowy (g) 2.2 g Sód (mg) 386 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (g) 0.1 g Glukoza (g) 2.8 g					
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 30g (MLE) jaja 1szt (JAJ) ogórek św +sałata50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 30g (MLE) jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 30g (MLE) jaja 1szt (JAJ) ogórek św +sałata50g herbata b/cukru 250ml <b>II kolacja:</b> 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) twarożek z natką 53g (MLE) pasta mięsna 50g pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) twarożek z natką 50g (MLE) jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 80g herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 50g jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSIŁEK	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Wafle ryżowe 40g	Wafle ryżowe 40g
	Wartość energetyczna 2413 kcal Białko ogółem 112.13 g Tłuszcz 62.29 g Węglowodany ogółem 369.07 g Błonnik pokarmowy 36.41 g Sód 2092.56 mg Sól 5.22 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.50 g Glukoza 13.09 g Fruktoza 25.23 g Sacharoza 22.37 g Laktoza 31.01 g	Wartość energetyczna 2429 kcal Białko ogółem 96.65 g Tłuszcz 66.82 g Węglowodany ogółem 374.78 g Błonnik pokarmowy 28.27 g Sód 2143.29 mg Sól 5.22 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.52 g Glukoza 9.53 g Fruktoza 21.15 g Sacharoza 19.89 g Laktoza 31.03 g	Wartość energetyczna 2529 kcal Białko ogółem 123.27 g Tłuszcz 80.28 g Węglowodany ogółem 352.21 g Błonnik pokarmowy 48.19 g Sód 3461.71 mg Sól 8.67 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.21 g Glukoza 13.89 g Fruktoza 21.11 g Sacharoza 13.91 g Laktoza 26.23 g	Wartość energetyczna 2483 kcal Białko ogółem 107.24 g Tłuszcz 66.10 g Węglowodany ogółem 379.48 g Błonnik pokarmowy 27.28 g Sód 2357.81 mg Sól 5.76 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.54 g Glukoza 6.89 g Fruktoza 13.37 g Sacharoza 19.94 g Laktoza 31.04 g	Wartość energetyczna 2367 kcal Białko ogółem 108.97 g Tłuszcz 60.90 g Węglowodany ogółem 358.87 g Błonnik pokarmowy 25.07 g Sód 2446.07 mg Sól 5.98 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.26 g Glukoza 6.55 g Fruktoza 13.05 g Sacharoza 18.96 g Laktoza 31.97 g	Wartość energetyczna 2502 kcal Białko ogółem 92.64 g Tłuszcz 71.93 g Węglowodany ogółem 386.94 g Błonnik pokarmowy 30.25 g Sód 2060.09 mg Sól 4.78 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.20 g Glukoza 7.79 g Fruktoza 14.19 g Sacharoza 19.69 g Laktoza 10.32 g	Wartość energetyczna 2285 kcal Białko ogółem 91.40 g Tłuszcz 85.29 g Węglowodany ogółem 299.60 g Błonnik pokarmowy 25.19 g Sód 1175.34 mg Sól 1.39 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.05 g Glukoza 11.32 g Fruktoza 19.33 g Sacharoza 17.12 g Laktoza 10.30 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWIA  
w MIĘDZYRZECU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawskiej 10  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000584494 NIP 539-10-94-307

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 ŁUB-łubin, MCK- mięczaki  
\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

lic. Danieł Kowalik  
DIETYTYK

GOMI Żywnie Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
23-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171840940 Regon:525613130

Jadłospis dekadowy 31.07-9.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzeczu Podlaskim

6.08.2024 WTOREK	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIALKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) Szynka z kurecząt 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 30g(MLE) rzodkiewka+sałata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml śliwka 2szt	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) Szynka z kurecząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) Szynka z kurecząt 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 30g(MLE) rzodkiewka+sałata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml śliwka 2szt	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) Szynka z kurecząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Płatki owsiane na mleku 300ml(GLU,MLE) Szynka z kurecząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 30g(MLE) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml(SEL) Szynka z kurecząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jablko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml(SEL) mięso gotowane 50g pomidor +sałata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jablko 1szt
II ŚNIADANIE			Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR**))	Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE, wędliną 30g i sałatą (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR**))			
OBIAD	Zupa grochowa z majerankiem 300ml (GLU, SEL) makaron z serem twarogowym I jabłkiem prażonym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 50g (MLE) brzoskwinia 1szt Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki I ziemniakami czysty 300ml ( SEL) makaron z serem twarogowym I jabłkiem prażonym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 50g (MLE) Kompot owocowy 250 ml	upa grochowa z majerankiem 300ml (GLU, SEL) makaron z serem twarogowym I jabłkiem prażonym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 50g (MLE) Kompot owocowy b/cukru 250 ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki I I ziemniakami czysty 300ml ( SEL) makaron z serem twarogowym I jabłkiem prażonym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 50g (MLE) Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki I I I ziemniakami czysty 300ml ( SEL) makaron z serem twarogowym I jabłkiem prażonym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 50g (MLE) Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki I I I I ziemniakami czysty 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g jaja sadzone 2szt(JAJ) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki I I I I I ziemniakami czysty 300ml ( SEL) ziemniaki z koprem 180g jaja sadzone 2szt(JAJ) marchewka gotowana 150g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)	Sok pomidorowy 150ml 100% Wartość energetyczna (kcal) 36 kcal Białko ogółem (g) 1.6 g Tłuszcz (g) 0.4 g Węglowodany ogółem (g) 7.6 g Błonnik pokarmowy (g) 2.2 g Sód (mg) 386 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (g) 0.1 g Glukoza (g) 2.2 g Fruktioza (g) 2.8 g Sacharoza (g) 0.2 g Laktoza (g) 0 g						
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta rybna z makreli 30g (RYB) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta rybna z makreli 30g (RYB) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta rybna z makreli 30g (RYB) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata b/cukru 250ml <b>II kolacja:</b> Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) wędliną 30g i sałatą (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) pasta rybna z makreli 50g (RYB) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsna 80g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSIŁEK	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Wafle ryżowe pełnoziarniste 40g	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Wafle ryżowe 40g
	Wartość energetyczna 2301 kcal Białko ogółem 91.23 g Tłuszcz 67.09 g Węglowodany ogółem 350.52 g Błonnik pokarmowy 35.67 g Sód 2405.47 mg Sól 6.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.49 g Glukoza 10.12 g Fruktioza 22.83 g Sacharoza 27.81 g Laktoza 18.45 g	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 93.00 g Tłuszcz 54.35 g Węglowodany ogółem 357.46 g Błonnik pokarmowy 28.67 g Sód 2589.97 mg Sól 6.50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.59 g Glukoza 10.20 g Fruktioza 22.93 g Sacharoza 30.30 g Laktoza 28.62 g	Wartość energetyczna 2739 kcal Białko ogółem 120.15 g Tłuszcz 95.24 g Węglowodany ogółem 371.27 g Błonnik pokarmowy 44.59 g Sód 3621.77 mg Sól 7.97 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30.23 g Glukoza 6.84 g Fruktioza 13.29 g Sacharoza 14.65 g Laktoza 26.27 g	Wartość energetyczna 2325 kcal Białko ogółem 102.37 g Tłuszcz 63.77 g Węglowodany ogółem 349.45 g Błonnik pokarmowy 27.16 g Sód 3233.72 mg Sól 8.11 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.61 g Glukoza 6.71 g Fruktioza 12.47 g Sacharoza 26.66 g Laktoza 28.02 g	Wartość energetyczna 2213 kcal Białko ogółem 99.21 g Tłuszcz 60.76 g Węglowodany ogółem 330.81 g Błonnik pokarmowy 26.21 g Sód 3155.52 mg Sól 7.92 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.06 g Glukoza 6.71 g Fruktioza 12.47 g Sacharoza 26.45 g Laktoza 28.01 g	Wartość energetyczna 2027 kcal Białko ogółem 69.32 g Tłuszcz 58.23 g Węglowodany ogółem 321.32 g Błonnik pokarmowy 30.02 g Sód 3200.22 mg Sól 8.03 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.86 g Glukoza 7.28 g Fruktioza 12.97 g Sacharoza 27.47 g Laktoza 10.73 g	Wartość energetyczna 2418 kcal Białko ogółem 75.54 g Tłuszcz 78.00 g Węglowodany ogółem 367.17 g Błonnik pokarmowy 34.27 g Sód 2872.47 mg Sól 4.33 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.28 g Glukoza 14.74 g Fruktioza 23.25 g Sacharoza 16.86 g Laktoza 10.30 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ  
w MIĘDZYRZECZU PODLASKIM  
21-560 Międzyrzecz Podlaski ul. Warszawska 2  
Nr. Rej. 00000002958  
tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
Regon 000584484 NIP 538-15-94-357

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- męczaki  
\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

lic. Daniel Kowalik  
DIETETYK

GOMI Żywnie Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
23-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171840940 Regon:525613130

Jadłospis dekadowy 31.07-9.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

7.08.2024 ŚRODA	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIĄLKOWA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) parówka 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsna 50g ketchup 10g (SEL) pomidor +sałata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) parówka 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsna 50g ketchup 10g (SEL) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsna 50g pomidor +sałata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsna 50g pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Makaron na mleku 300ml(GLU, MLE) Połędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsna 50g pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Połędwica drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pasta mięsna 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) jaja 1szt (JAJ) pasta mięsna 50g masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml nektarynka 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 owsiankowa z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) jabłko 1szt Kompot owocowy 250ml	zupa owsiankowa z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	zupa owsiankowa z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna 180g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy b/cukru 250ml	zupa owsiankowa z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	zupa owsiankowa z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z jogurtem 50g (MLE) kompot owocowy 250ml	zupa owsiankowa z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) sałata z olejem 50g kompot owocowy 250ml	zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g porcja wieprzowa gotowana 100g sałata z olejem 50g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)	Kefir naturalny 150ml (MLE) Wartość energetyczna (kcal) 100 kcal Białko ogółem (g) 6.8 g Tłuszcz (g) 4 g Węglowodany ogółem (g) 9.4 g Błonnik pokarmowy (g) 0 g Sód (mg) 76 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (g) 2.38 g Glukoza (g) 0 g Fruktaza (g) 0 g						
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g szynka konserwowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g papryka +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g szynka konserwowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka konserwowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 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 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g szynka konserwowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) Dżem owocowy wiśniowy 25g szynka konserwowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka konserwowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Dżem owocowy wiśniowy 25g herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) mięso gotowane 50g Dżem owocowy wiśniowy 25g pomidor +sałata 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g
	Wartość energetyczna 2218 kcal Białko ogółem 91.64 g Tłuszcz 72.09 g Węglowodany ogółem 316.24 g Błonnik pokarmowy 32.25 g Sód 1968.07 mg Sól 4.79 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.78 g Glukoza 8.29 g Fruktaza 19.59 g Sacharoza 21.68 g Laktaza 18.33 g	Wartość energetyczna 2244 kcal Białko ogółem 92.74 g Tłuszcz 71.89 g Węglowodany ogółem 319.84 g Błonnik pokarmowy 27.15 g Sód 1945.07 mg Sól 4.75 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.78 g Glukoza 8.29 g Fruktaza 19.59 g Sacharoza 21.08 g Laktaza 18.33 g	Wartość energetyczna 2199 kcal Białko ogółem 104.12 g Tłuszcz 68.02 g Węglowodany ogółem 313.42 g Błonnik pokarmowy 41.71 g Sód 2991.10 mg Sól 7.36 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.80 g Glukoza 6.48 g Fruktaza 12.15 g Sacharoza 12.43 g Laktaza 18.35 g	Wartość energetyczna 2140 kcal Białko ogółem 103.59 g Tłuszcz 55.98 g Węglowodany ogółem 318.68 g Błonnik pokarmowy 26.18 g Sód 2534.17 mg Sól 6.23 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.79 g Glukoza 5.86 g Fruktaza 11.99 g Sacharoza 19.41 g Laktaza 19.27 g	Wartość energetyczna 2007 kcal Białko ogółem 98.44 g Tłuszcz 52.31 g Węglowodany ogółem 297.05 g Błonnik pokarmowy 23.13 g Sód 1943.82 mg Sól 4.76 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.97 g Glukoza 5.29 g Fruktaza 11.49 g Sacharoza 17.97 g Laktaza 19.11 g	Wartość energetyczna 2049 kcal Białko ogółem 75.53 g Tłuszcz 58.00 g Węglowodany ogółem 319.71 g Błonnik pokarmowy 27.42 g Sód 2291.47 mg Sól 4.14 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.46 g Glukoza 5.86 g Fruktaza 11.99 g Sacharoza 18.62 g Laktaza 0.74 g	Wartość energetyczna 2105 kcal Białko ogółem 75.89 g Tłuszcz 66.43 g Węglowodany ogółem 311.57 g Błonnik pokarmowy 27.45 g Sód 2151.27 mg Sól 2.74 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.76 g Glukoza 12.78 g Fruktaza 21.79 g Sacharoza 16.58 g Laktaza 0.74 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY LARZĄD OPIEKI ZDROWOTNEJ

W MIĘDZYRZECU PODLASKIM

21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-

Nr. Rej. 00000002958

tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55

Regon 000534484 NIP 538-15-04-357

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 ŁUB-lubin, MCK- mięczaki

\*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

Ilc. Daniel Kowalik  
DIETETYK

GOMI Żywnie Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
23-320 Poniatowa  
tel./fax (81) 820-43-38  
NIP:7171840940 Regon:525613130

# Jadłospis dekadowy 31.07-9.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzeczu Podlaskim

8.08.2024 CZWARTEK	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANOWYM	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	LATWOSTRAWNA BOGATOBIALKOWA	LATWOSTRAWNA ELMINACYJNA BEZMLECZNA	LATWOSTRAWNA ELMINACYJNA BEZMLECZNA BEZGLUTENOWA
<p>ŚNIADANIE</p> <p>Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 30g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) ser topiony 25g (MLE) ogórek świeży + sałata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2 szt</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor + sałata 50g ogórek świeży + sałata 50g masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2 szt</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) ser topiony 25g (MLE) ogórek świeży + sałata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2 szt</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor + sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2 szt</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor + sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2 szt</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) szynka drobiowa 50g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor + sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2 szt</p>	<p>Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) szynka drobiowa 50g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2 szt</p>	<p>Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) szynka gotowana 50g pomidor + sałata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml banan 1/2 szt</p>
<p>II ŚNIADANIE</p>	<p>Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jabłkiem 30g (JAJ)</p>	<p>Chleb razowy 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jabłkiem 30g (JAJ)</p>	<p>Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jabłkiem jaj 30g (JAJ)</p>	<p>Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jabłkiem jaj 30g (JAJ)</p>	<p>Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jabłkiem jaj 30g (JAJ)</p>	<p>Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jabłkiem jaj 30g (JAJ)</p>	<p>Chleb pszenny 35g (GLU) z masłem 5g (MLE) i jabłkiem jaj 30g (JAJ)</p>
<p>OBIAŁ</p>	<p>Kapusińnik z koncentratem natką pietruszki 300ml (GLU, SEL), makaron z mięsem I warzywami 300g (GLU) sos koperkowy 50g (GLU) surówka z kapuszy białej, marchwi i jabłka z olejem 150g jabłko 1 szt Kompot owocowy 250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 300ml (SEL), makaron z mięsem I warzywami 300g (GLU) sos koperkowy 50g (GLU) surówka z kapuszy białej, marchwi i jabłka z olejem 150g Kompot owocowy 250ml</p>	<p>Kapusińnik z koncentratem natką pietruszki 300ml (GLU, SEL), makaron z mięsem I warzywami 300g (GLU) sos koperkowy 50g (GLU) surówka z kapuszy białej, marchwi i jabłka z olejem 150g Kompot owocowy 250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 300ml (SEL), makaron z mięsem I warzywami 300g (GLU) sos koperkowy 50g (GLU) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 300ml (SEL), makaron z mięsem I warzywami 300g (GLU) sos koperkowy 50g (GLU) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 300ml (SEL), makaron z mięsem I warzywami 300g (GLU) sos koperkowy 50g (GLU) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 300ml (SEL), makaron bezglutenowy z mięsem I warzywami 300g (GLU) marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml</p>
<p>PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)</p>	<p>Sok pomidorowy 150ml 100% Fruktioza (g) 2,8 g Sacharozą (g) 0,2 g</p>	<p>Sok pomidorowy 150ml 100% Fruktioza (g) 2,8 g Sacharozą (g) 0,2 g</p>	<p>Sok pomidorowy 150ml 100% Fruktioza (g) 2,8 g Sacharozą (g) 0,2 g</p>	<p>Sok pomidorowy 150ml 100% Fruktioza (g) 2,8 g Sacharozą (g) 0,2 g</p>	<p>Sok pomidorowy 150ml 100% Fruktioza (g) 2,8 g Sacharozą (g) 0,2 g</p>	<p>Sok pomidorowy 150ml 100% Fruktioza (g) 2,8 g Sacharozą (g) 0,2 g</p>	<p>Sok pomidorowy 150ml 100% Fruktioza (g) 2,8 g Sacharozą (g) 0,2 g</p>
<p>KOLACJA</p>	<p>chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) poledwica sopocka wierzpowa 30g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) pasztecik drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor + sałata 50g herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) poledwica sopocka wierzpowa 30g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) pasztecik drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor + sałata 50g herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) poledwica sopocka wierzpowa 30g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) pasztecik drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor + sałata 50g herbata b/cukru 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) poledwica sopocka wierzpowa 50g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) pasztecik drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor + sałata 50g herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) poledwica sopocka wierzpowa 50g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) pasztecik drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor + sałata 50g herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) poledwica sopocka wierzpowa 50g (GLU, SOI, MLE*, SEL*, GOR*) pasztecik drobiowy 25g (GLU, SEL) pomidor + sałata 50g herbata 250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) pasta mięsno-warzywna 80g pomidor + sałata 50g herbata 250 ml</p>
<p>DODATKOWY POSILEK</p>	<p>Yogurt naturalny 1szt (MLE)</p>	<p>Yogurt naturalny 1szt (MLE)</p>	<p>Yogurt naturalny 1szt (MLE)</p>	<p>Yogurt naturalny 1szt (MLE)</p>	<p>Yogurt naturalny 1szt (MLE)</p>	<p>Wafle ryżowe 40g</p>	<p>Wafle ryżowe 40g</p>

**SAMODIENNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ**

**W MIĘDZYRZECZU PODLASKIM**

21-560 Międzyrzec Podlaski ul. Warszawska 2-4

Nr. Rej. 000000029558

tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55

Region 00059494 NIP 593-450-0527

**GOMI Żywnienie Sp. z o.o.**

ul. Młodzieżowa 4

23-320 Poniatowa

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

NIP: 7171840940 Regon: 525613130

**Ilc. Dąbaj Kowalik**

**D I E T E T Y K**

**Alergeny:** : GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupki i JA-jajka RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOI-ziarna soi MLE-mleko i produkty mleczne  
 ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- selet GOR-gorzca SEZ-szszam S02-dwutlenek siarki LUB-lubim. MCK- mączczaki  
 \*zaznaczone alergeny występujące w składowych ilościach wg deklaracji producentów

Jadłospis dekadowy 31.07-9.08.2024 dla Szpitala w Międzyrzecu Podlaskim

9.08.2024 PIĄTEK	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	ŁATWOSTRAWNA BOGATOBIAŁKOWA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZMLECZNA	ŁATWOSTRAWNA ELIMINACYJNA BEZGLUTENOWA
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 10g(MLE) pomidor +sałata 50g chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 10g(MLE) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 10g(MLE) pomidor +sałata 50g Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata b/cukru 250ml jabłko 1szt	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE) Jaja 1szt (JAJ) Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Jaja 2szt (JAJ) Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g(MLE) herbata 250ml jabłko 1szt	Zupa na wywarze jarzynowym 300ml (SEL) Jaja 2szt (JAJ) pomidor +sałata 50g Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) herbata 250ml jabłko 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	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z mroszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ) surówka z kapusty kiszzonej, jabłka I marchwi z olejem rzepakowym 150g jabłko 1szt Kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z mroszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z mroszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ) surówka z kapusty kiszzonej, jabłka I marchwi z olejem rzepakowym 150g kompot owocowy b/cukru 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z mroszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z mroszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 300ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 180g kotlet rybny z mroszczuka mielony pieczony 100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot owocowy 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 300ml (SEL) ziemniaki z koprem 180g mroszczuk pieczony 100g marchewka gotowana 150g kompot owocowy 250ml
PODWIECZOREK (ZOL, CUKRZYCA, REHABILITACJA)	Maślanka naturalna 150ml (MLE) Glukoza (g) 0 g Fruktaza (g) 0 g Sacharoza (g) 0 g Laktoza (g) 9.4 g	Wartość energetyczna (kcal) 88 kcal Białko ogółem (g) 6.4 g Tłuszcz (g) 3 g Węglowodany ogółem (g) 9 g Błonnik pokarmowy (g) 0 g Sód (mg) 120 mg Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (g) 0.68 g					
KOLACJA	chleb pszenny 50g (GLU) chleb żytni 50g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo razowe 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser biały 50g(MLE) pomidor +sałata 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 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g ser biały 50g(MLE) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g ser biały 70g(MLE) pomidor +sałata 50g herbata 250ml	Pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) herbata 250ml	Pieczywo bezglutenowe 3szt masło ekstra 10g (MLE) marmolada owocowa 25g pasta mięsna 50g pomidor +sałata 50g herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g
	Wartość energetyczna 2226 kcal Białko ogółem 94.62 g Tłuszcz 60.49 g Węglowodany ogółem 343.14 g Błonnik pokarmowy 35.42 g Sód 2122.52 mg Sól 4.97 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.07 g Glukoza 9.00 g Fruktaza 20.95 g Sacharoza 36.94 g Laktoza 18.29 g	Wartość energetyczna 2357 kcal Białko ogółem 96.37 g Tłuszcz 70.36 g Węglowodany ogółem 350.96 g Błonnik pokarmowy 32.64 g Sód 1926.77 mg Sól 4.50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.72 g Glukoza 9.55 g Fruktaza 20.71 g Sacharoza 38.87 g Laktoza 18.29 g	Wartość energetyczna 2346 kcal Białko ogółem 115.06 g Tłuszcz 72.69 g Węglowodany ogółem 330.14 g Błonnik pokarmowy 42.70 g Sód 3672.45 mg Sól 8.31 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.67 g Glukoza 5.40 g Fruktaza 11.23 g Sacharoza 12.96 g Laktoza 20.66 g	Wartość energetyczna 2346 kcal Białko ogółem 103.20 g Tłuszcz 66.17 g Węglowodany ogółem 350.35 g Błonnik pokarmowy 30.49 g Sód 2160.77 mg Sól 5.42 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.73 g Glukoza 6.55 g Fruktaza 12.61 g Sacharoza 35.60 g Laktoza 19.23 g	Wartość energetyczna 2263 kcal Białko ogółem 101.75 g Tłuszcz 63.18 g Węglowodany ogółem 337.06 g Błonnik pokarmowy 29.54 g Sód 2130.62 mg Sól 5.35 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.13 g Glukoza 6.55 g Fruktaza 12.61 g Sacharoza 35.42 g Laktoza 19.07 g	Wartość energetyczna 2213 kcal Białko ogółem 72.16 g Tłuszcz 65.35 g Węglowodany ogółem 350.99 g Błonnik pokarmowy 32.95 g Sód 2277.17 mg Sól 5.38 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.35 g Glukoza 7.12 g Fruktaza 13.11 g Sacharoza 23.23 g Laktoza 0.10 g	Wartość energetyczna 2396 kcal Białko ogółem 63.98 g Tłuszcz 99.35 g Węglowodany ogółem 324.95 g Błonnik pokarmowy 33.45 g Sód 1885.22 mg Sól 2.07 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.18 g Glukoza 14.40 g Fruktaza 20.19 g Laktoza 0.10 g

SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWIA

w MIĘDZYRZECU PODLASKIM

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

Ilc. Daniel Kowalik  
DIETETYK

GOMI Żywnie Sp. z o.o.  
ul. Modrzewiowa 4  
23-320 Poniatowa tel. 83 371 40 11 fax 83 371 83 55  
tel./fax (81) 820-43-38 Regon 000594434 NIP 538-15-34-65  
NIP:7171840940 Regon:525613130